



ఉప వేదాలు

వివాహం-నింపత్వం

కుటుంబనియంత్రణ పద్ధతులు



## సదాశివ సమారంభం



గురు దక్షిణామూర్తి



గురు వేదవ్యాస మహర్షి



గురు కుక మహర్షి



గురు నాటర మహర్షి



గురు వాల్మీకి మహర్షి



గురు శిఖ్య

## శంకరాచార్య మధ్యమాం



గురు దత్తాత్రేయ



గురు బాలాజీ



గురు గౌరమ బుద్ధ



గురు ఆదిశంకరాచార్య



గురు రామానుజాచార్యులు



గురు జ్ఞానేశ్వర్



గురు రవిదాస్



గురు కబీర్ దాస్



గురు చైతన్య మహా ప్రభువు



గురు నానక్



గురు రాఘవేంద్ర స్వామి



గురు పీఠప్రహ్లాద స్వామి



యోగి వేమన

## అస్మదాచార్య పర్యంతం



గురు శ్రీయోగి బాలా



గురు లాహిరి మహాశయి



గురు రామకృష్ణ పరమహంస, అమ్మ శారదాదేవి



గురు వివేకానంద



గురు హాయి బాలా



గురు ఆరబింద్



గురు రమణ మహర్షి



గురు యోగానంద



గురు భక్తవేదాంత ప్రభుపాద



గురు మళయాళస్వామి



గురు విద్యాప్రకాశానందగిరి



గురు చంద్రశేఖర పరమహార్య

## వందే గురుపరంపరాం...



నన్ను “నేను” తెలుసుకోవటానికి

నన్ను “నేను” మార్పుకోవటానికి

“నేను” గా ఉండటానికి

మరియు అత్యుత్తమ జీవన విధానానికి

కావలసిన భక్తి,జ్ఞాన,కర్మ,ధర్మ సమాచారం ఒకేచోట తెలుగులో ఉచితంగా!

సాధారణంగా వేదాంతం తెలుసుకోవాలనే కోరిక వుంటుంది, కాని గ్రంథాలు అందుబాటులో లేవు. ఇంకొకరి దగ్గర గ్రంథాలు వుంటాయి, కాని జిజ్ఞాసువులకి ఎక్కడ ఉన్నవో తెలియదు. అలాగే కొన్ని లైబ్రరీ లో కొన్ని రకాల పుస్తకాలు మాత్రమే లభ్యం అవుతున్నాయి, అంతేగాక విలువైన గ్రంథాలు సరైన సంరక్షణ లేక కనుమరుగైపోతున్నాయి, కనుక మన అందరి కోసం భారత ప్రభుత్వం పురాతన ఆధ్యాత్మిక గ్రంథాలను సంరక్షించే నిమిత్తం ఎంతో శ్రమతో కంప్యూటరీకరణ ద్వారా ఒక చోట చేర్చుతూ ఆన్ లైన్ చేయటం జరిగింది. ఇటువంటి విలువైన జ్ఞాన సంపదను మరింత సులభంగా అందుబాటులోకి తీసుకురావటానికి సాయి రామ్ సేవక బృందం ఉడతా భక్తి గా ఇప్పటివరకే దాదాపు 5000 పుస్తకాలను వివిధ వర్గాలుగా విభజించి PDF(eBOOK) రూపంలో ఆన్ లైన్ లో ఉచితంగా అందించటం జరిగింది. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ఈ సదవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోగలరు. ఇందుకు సహాయం అందించిన భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్( డిజిటల్ లైబ్రరీ అఫ్ ఇండియా <http://www.new.dli.ernet.in>), ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్(<https://archive.org>), గూగుల్ వెబ్ సైట్(<https://www.google.co.in>), మైక్రోసాఫ్ట్ వెబ్ సైట్(<http://www.microsoft.com>) కు మేము ఋణపడివున్నాము.అలాగే ఇటువంటి బృహత్తర కార్యక్రమానికి పెద్ద మొత్తం లో గ్రంథాలను అందించిన తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానమునకు కూడా మనం ఋణపడివున్నాము. సాయి రామ్ సేవక బృందం కోరుకొనేది ఒక్కటి, ప్రతి ఇల్లు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన గ్రంథాలతో నిండిపోవాలన్నదే మా కోరిక.

ఈ గ్రంథాలను ఉచితంగా ఆన్ లైన్ లో చదువుటకు, దిగుమతి(డౌన్లోడ్) చేసుకొనుటకు గల మార్గాలు:

- 1) భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్: <http://www.new.dli.ernet.in> లేక <http://www.dli.ernet.in>
- 2) సాయి రామ్ వెబ్ సైట్: <http://www.sairealattitudemanagement.org>
- 3) సాయి రామ్ గూగుల్ సైట్: <https://sites.google.com/site/sairealattitudemanagement>
- 4) ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్: <https://archive.org/details/SaiRealAttitudeManagement>

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞం పై గల సలహాలు,సూచనలకు సేవక బృందాన్ని సంప్రదించుటకు: [sairealattitudemgt@gmail.com](mailto:sairealattitudemgt@gmail.com)

సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సమాచారం: <https://www.facebook.com/SaiRealAttitudeManagement>

సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సంబంధ వీడియోలు: <https://www.youtube.com/user/sairealattitudemgt>

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞంలో ప్రతి ఒక్కరు పాల్గొని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని,మీరు సంతృప్తులైతే మరొక సాధకునికి, జిజ్ఞాసువులకు మార్గం చూపించగలరని ఆశిస్తున్నాము. మీరు చదువుకోవటంలో ఏమైనా ఇబ్బంది కలిగితే సేవక బృందంను సంప్రదించగలరు. ఒకవేళ మా సేవలో ఏమైన పొరపాటు వస్తే మన్నించగలరు.

ఈ గ్రంథపు భారత ప్రభుత్వ డిజిటల్ లైబ్రరీ గుర్తింపు సంఖ్య: 2020120000764

గమనిక: భక్తి,జ్ఞాన ప్రచారార్థం ఉచితంగా eBook రూపంలో భారత ప్రభుత్వపు సహాయంతో ఇవ్వడం జరిగింది. ఈ గ్రంథముపై వ్యాపార,ముద్రణ హక్కులు రచయిత,పబ్లిషర్స్ కి గలవు, కనుక వారిని సంప్రదించగలరని మనవి చేసుకొంటున్నాము.

**SaiRealAttitudeManagement(SAI RAM) - సాయి నిజ వ్యక్తిత్వ నిర్వహణ(సాయి రామ్)**

**\* సర్వం శ్రీ సాయినాథ పాద సమర్పణమస్తు \***



భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్ - డిజిటల్ లైబ్రరీ అఫ్ ఇండియా

<http://www.new.dli.ernet.in>

Digital Library of India: Inc. X

www.new.dli.ernet.in

# Digital Library of India

Hosted by: Indian Institute of Science, Bangalore in co-operation with  
CMU, IIT-H, NSF, ERNET and MCIT for the Govt. of India and 21 major participating centres.

Home Vision Mission Goals Benefits Content Selection Current Status People Funding Copyright Policy FAQ RFP

Books Journals  
Newspapers  
Palm-Leaves (Manuscripts)

Title:

Author:

Year:  to

Subject: Any Subject

Language:

Scanning Centre: Any Centre

[Presentations and Report](#)  
[Statistics Report](#)  
[Status Report](#)  
[Feedback](#) | [Suggestions](#) |  
[Problems](#) | [Missing links or](#)  
[Books](#)

Click [here](#) for PDF collection  
DLI MIRROR at IUCAA Data Center PUNE

For the first time in history, the Digital Library of India is digitizing all the significant works of Mankind.

[Click Here to know More about DLI](#) <sup>New!</sup>

Books	Journals	Newspapers	Manuscripts
<ul style="list-style-type: none"><li><a href="#">Rashtrapati Bhavan</a></li><li><a href="#">CMU-Books</a></li><li><a href="#">Sanskrit</a></li><li><a href="#">TTD Tirupathi</a></li><li><a href="#">Kerala Sahitya Akademi</a></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><a href="#">INSA</a></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><a href="#">Times of India</a></li><li><a href="#">Indian Express</a></li><li><a href="#">The Hindu</a></li><li><a href="#">Deccan Herald</a></li><li><a href="#">Eenadu</a></li><li><a href="#">Vaartha</a></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><a href="#">Tamil Heritage Foundation</a></li><li><a href="#">AnnaUniversity</a> <sup>New!</sup></li></ul>

Title Beginning with.

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z					
Author's Last Name																														
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z					
Year																														
1850-1900					1901-1910					1911-1920					1921-1930					1931-1940					1941-1950					1951-
Subject																														
Astrophysics	Biology	Chemistry	Education	Law	Mathematics	Mythology	Religion	For more subjects...																						
Language																														
Sanskrit	English	Bengali	Hindi	Kannada	Marathi	Tamil	Telugu	Urdu																						



# అతి విశిష్టం ఈ దానం!

స్వామి వివేకానంద

“దానాలలోకెల్లా ఆధ్యాత్మిక విద్యాదానం చాలా శ్రేష్ఠమైంది! దాని తరువాతిది లౌకిక జ్ఞానదానం, ప్రాణదానం, అన్నదానం” అని వ్యాసమహర్షి చెప్పారు.

మన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం భారతదేశ హద్దులలో నిలిచి పోకూడదు. లోకమంతటినీ ఆవరించాలి! ఇలా లోకవ్యాప్తమైన ధర్మప్రచారాన్ని మన పూర్వులు చేశారు. హైందవ వేదాంతం ఎన్నడూ ఈ దేశం దాటి పోలేదని చెప్పేవారూ, మతప్రచారార్థం తొలిసారిగా, పరదేశాలకు వెళ్ళిన సన్యాసిని నేనే అని చెప్పేవారూ, తమ జాతిచరిత్ర నెరుగని వారే! ఇలాంటి సంఘటనలు ఎన్నోసార్లు జరిగాయి. అవసరమైనప్పుడల్లా, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానప్రవాహం వెల్లువలా లోకాన్ని ముంచెత్తుతూ వచ్చింది.

రాజకీయ ప్రచారాన్ని రణగొణధ్వనులతో, యోధులతో సాగించవచ్చు. అగ్నిని కురిపించి, కత్తిని జళిపించి, లౌకిక జ్ఞానాన్నీ సంఘనిర్మాణ విజ్ఞానాన్నీ విరివిగా ప్రచారం చేయవచ్చు. కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదానం కళ్ళకు కనిపించకుండా, చెవులకు వినిపించకుండా కురుస్తూ, రోజూ పువ్వుల రాసుల్ని వికసింపజేసే మంచులాగా నిశ్శబ్దంగా జరగవలసి ఉంది. భారతదేశం నిరాడంబరంగా, లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ వచ్చిన దానమిదే!

మిత్రులారా! నేను అవలంబించే విధానాన్ని తెలియజేస్తాను వినండి. భారతదేశంలోనూ, ఇతర దేశాల్లోనూ మన పారమార్థిక ధర్మాలను బోధించడానికి తగినవారుగా మన యువకుల్ని తయారు చేయడానికై భారతదేశంలో కొన్ని సంస్థలను నెలకొల్పాలి! ఇప్పుడు మనకు కావలసింది బలిష్ఠులు, జవసంపన్నులు, ఋజువర్తనులు, ఆత్మ విశ్వాసపరులు అయిన యువకులు. అలాంటి వారు నూరుమంది దొరికినా, ప్రపంచం పూర్తిగా పరివర్తన చెందగలుగుతుంది!!

ఇచ్చాశక్తి తక్కిన శక్తులన్నీ కన్నా బలవత్తరమైంది. అది సాక్షాత్తూ భగవంతుని దగ్గరి నుండి వచ్చేదే కాబట్టి దాని ముందు తక్కినదంతా లొంగిపోవలసిందే. నిర్మలం, బలిష్ఠం అయిన ‘ఇచ్చ’ (సంకల్పం) సర్వశక్తిమంతమైంది. దానిలో మీకు విశ్వాసం లేదా? ఉంటే మీ మతంలోని మహోన్నత ధర్మాలను ప్రపంచానికి బోధించడానికై కంకణం కట్టుకోండి. ప్రపంచం ఆ ధర్మాల కోసమై ఎదురుచూస్తోంది. అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రజలకు క్షుద్రసిద్ధాంతాలు నేర్పడం జరిగింది. వారు వ్యర్థులని ప్రపంచమంతటా బోధలు జరిగాయి. ఎన్నో శతాబ్దాల నుండి వారు ఈ బోధనల వల్ల భయభ్రాంతులై, పశుప్రాయులైపోతున్నారు. తాము ఆత్మస్వరూపులమనే మాటను వినడానికైనా వారెన్నడూ నోచుకోలేదు. “నీచాతినీచుడిలో కూడా ఆత్మ ఉంది. అది అమృతం, పరమ పవిత్రం, సర్వశక్తిమంతం, సర్వవ్యాపకమైనది” అని వారికి ఆత్మను గురించి చెప్పండి. వారికి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రసాదించండి. ❖



మూలం: శ్రీ రామకృష్ణ ప్రభ - ఫిబ్రవరి 2014

గర్భనిరోధక మాత్రలు

నిరోధ్

లూప్

డయాఫం

వేసక్టమీ

ట్యూబెక్టమీ వంటి

అధునాతన గర్భనిరోధక పద్ధతుల

సర్వ సమగ్ర విశ్లేషణ

డా॥ సమరం

మహిమనియుతుల పద్ధతుల





---

## కుటుంబ నియంత్రణ - పద్ధతులు

రచన :

డా॥ జి. సమరం, యం. బి. బి. యన్.,  
వాసవ్య నర్సింగ్ హోమ్,  
బెంజికంపెనీ సెంటర్, విజయవాడ-6.

ప్రథమ ముద్రణ : ఫిబ్రవరి 1989

ముద్రణ :

అనూరాధా ప్రెంటర్స్,  
విజయవాడ-1.



వెల : రు. 25-00

---

ప్రచురణ :

నవభారత్ బుక్ హౌస్  
ఏలూరురాడ్, విజయవాడ-520002

# ఇందు

1. కుటుంబ నియంత్రణ ఈనాటి దంపతుల తక్షణ కర్తవ్యం 9
2. నిరోడ్ 18  
నిరోడ్ అంటే ఏమిటి? నిరోడ్ ని వాడటం ఎలా?
3. గర్భనిరోధక మాత్రలు 24  
గర్భనిరోధక మాత్ర ఎలా గర్భాన్ని నిరోధిస్తుంది ? కుటుంబ నియంత్రణ మాత్రలు, గర్భనిరోధక మాత్ర - కొన్ని అనుమానాలు, గర్భనిరోధక మాత్రలు-దుష్పలితాలు, గర్భనిరోధక మాత్రలవల్ల కేన్సర్ వస్తుందా ? కొందరికి నిషేధింపబడిన మాత్ర, గర్భనిరోధక మాత్రలు పాలు ఇస్తున్న తల్లులు వాడవచ్చా? కొన్ని సంతాన నిరోధక నోటి మాత్రలు, నోటి మాత్రలు ఎంతకాలం వాడవచ్చు ? నెలకి ఒకటి రెండుసార్లు కలసినా నోటిమాత్రలు నెలంతావాడాలా? నోటి మాత్ర మిస్ కొట్టితే ? గర్భనిరోధక మాత్రలు - అంగవైకల్యం.
4. కడుపు రాకుండా కాపాడే బిళ్ళ "టూజే" 39
5. లూప్ 44  
లూప్ లో రకాలు, లిప్స్ లూప్, ఔషధపూరిత లూప్, లూప్ భద్రపరచటం ఎలా? గర్భాశయంలోకి లిప్స్ లూప్ ని వేయడం ఎలా? కాపర్-టి లూప్ వేయడం ఎలా? మల్టీలోడ్ సి యు 250 లూప్, లూప్ ని తీసివేయడం ఎలా? లూప్ ని ఎవరి



మట్టుకువారు వేసుకోవచ్చా? తీసేసుకోవచ్చా? లూప్ ఎప్పుడు వేయాలి? కాన్పు అయిన తరువాత లూప్, లూప్ వేయించు కున్న తరువాత మళ్ళీ డాక్టరుకి కనబడాలా ? లూప్ ఎంత కాలం ఉంచుకోవచ్చు ? లూప్ ఎవరు వేయించుకోకూడదు ? పెళ్ళికాగానే లూప్ వేయించుకోవచ్చా ? లూప్ గర్భం రాకుండా ఎలా నిరోధిస్తుంది ? లూప్ వల్ల వచ్చే భాధలు, లూప్ వల్ల దుష్ప్రసావాదులు, లూప్ వేయించుకున్నా గర్భం రావచ్చా? లూప్ దానంతటదే జారిపోతుందా? వేసిన లూప్ ని ముందుగా ఎందుకు తీసివేయవలసి వస్తుంది? లిప్స్ లూప్ కంటే కాపర్ లూప్ ఎందుకని మంచిది ?

6. పురుషాంగ ఉపసంహరణ పద్ధతి 71  
రతిలో పురుషాంగ ఉపసంహరణ, సంభోగ సమయంలో శుక్లమును విడవకుండా వుంటే, ఉపసంహరణ పద్ధతి - లోపాలు, ఉపసంహరణ పద్ధతి- రతిలో అసంతృప్తి.
7. రక్షితకాలం పాటించటం సేఫ్ పిరియడ్ 78  
బహిష్టుకి ముందు బహిష్టుకి తరువాత గర్భం రాని రోజులు, అండం విడుదల తెలుసుకోవడమెలా ?, సేఫ్ పిరియడ్ లో డేంజర్.
8. డయాఫ్రం 84  
డయాఫ్రం అంటే ఏమిటి ? డయాఫ్రంని ఉపయోగించటం ఎలా? డయాఫ్రం-కొన్ని విశేషాలు.
9. ఫోమ్స్, ఫోమ్ బిళ్ళలు 93  
ఫోమ్స్ ఫోమ్ బిళ్ళలువాడే విధానము.
10. కాయిటన్ రిజర్వేటన్ 97
11. డూప్ 100

12. నూతన గర్భ నిరోధక పద్ధతులు 101  
 క్రొత్త రకం మాత్రలతో క్రొత్త ఇబ్బందులు, చిన్న గుళికతో సంతాన నిరోధం, యోనిమార్గంలో రింగుపద్ధతి, నెలకి ఒక్కటే బిళ్ళ లేక ఒక్కటే ఇంజక్షన్, వాక్సిన్, క్రొత్త పద్ధతులు క్రొత్త ఆలోచనలు.
13. శరీర ఉష్ణోగ్రతలో మార్పు కుటుంబ నియంత్రణ 109
14. డీప్ ఎక్స్పరే పద్ధతి 112  
 ముప్పు తెచ్చే డీప్ ఎక్స్పరే  
 ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషను బదులుగా డీప్ ఎక్స్పరే పెట్టించు కోవచ్చా? డీప్ ఎక్స్పరేవల్ల కేన్సర్ ఎందుకు వస్తుంది ? డీప్ ఎక్స్పరే చికిత్స చేయించుకున్న వాళ్ళలో గర్భాశయానికి కేన్సర్ వచ్చినవాళ్ళు ఉన్నారా ? ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషనుకి బదులుగా డీప్ఎక్స్పరే చికిత్సని గైనకాలజిస్టులుగాని, రేడియో లజిస్టులుగాని ఆమోదించడం జరిగిందా? ఆపరేషనుకి బదులుగా డీప్ఎక్స్పరే పెట్టించుకున్న ప్రతివాళ్ళకీ కేన్సర్ వస్తుందా ?
15. వేసక్టమీ 118  
 వేసక్టమీ-భయాలు, వేసక్టమీ అంటే ఏమిటి ? వేసక్టమీవల్ల మరింత కామ సామర్థ్యము, వేసక్టమీ చేయించుకున్న తరువాత..., డెస్టోనిరోస్ ఉత్పత్తి ఎలా పెరుగుతుంది ? నవ యౌవనము, వేసక్టమీ ఆరంభం-అభివృద్ధి.
16. ట్యూబెక్టమీ 131  
 స్త్రీలలో కుటుంబ నియంత్రణ ఆపరేషను, లాప్రోస్కోపిక్ ట్యూబెక్టమీ, 'మిసీలాప్' ఆపరేషను అంటే ఏమిటి? ట్యూబెక్టమీవల్ల బహిష్టులు సక్రమంగా పుండవా ? ట్యూబెక్టమీ సంయోగం, వేసక్టమీ చేయించుకుంటే కొంతకాలం రతికి



అభ్యంతరం ఎందుకు ? ట్యూబెక్టమీ మంచిదా? వేసక్టమీ మంచిదా ? ట్యూబెక్టమీవల్ల కడుపులో నొప్పి వస్తుందా ? గనేరియా తెచ్చిపెట్టే గందరగోళం, ట్యూబెక్టమీ చేయించు కుంటే గడ్డలు వస్తాయా? ట్యూబెక్టమీవల్ల నడుము నొప్పి వస్తుందా? మరికొన్ని లక్షణాలు, ట్యూబెక్టమీవల్ల ఒళ్ళు వస్తుందా? కాన్పులైన స్త్రీలలో తెల్ల బట్ట ఎందుకని!

17. ఆప రేషను చేయించుకున్న తరువాత తిరిగి పిల్లలు కావాలనుకుంటే 156

18. పురుషులకే కాదు స్త్రీలకి కూడా “నిరోధ” 158

19. గర్భం వచ్చినట్లు తెలుసుకోవడం 162

నెలతప్పిన స్త్రీ మూత్రం పరీక్ష, గ్రావిండెక్స్ టెస్టు, గ్రావిండెక్సు టెస్టుచేయు విధానం, గ్రావిండెక్స్ టెస్టులో ఎలా తెలుసుకోవచ్చు? ‘గ్రావిండెక్స్’ బదులు ‘ప్రెగ్నెన్సీ టెస్ట్’

20. సంతాన నిరోధ పద్ధతులు విఫలమైతే కలిగే లక్షణాలు 170

వాంతులు-నీరసం, అతిగావేవిళ్ళు, వివాహిత స్త్రీకి వికారం- వాంతులు వచ్చినంత మాత్రాన గర్భంకాదు సుమా! గర్భిణి స్త్రీలో వచ్చే మరికొన్ని మార్పులు, గర్భిణి స్త్రీలలో బరువు పెరుగుదల, నాలుగవ నెల నుంచీ నలుగురికి తెలిసే లక్షణాలు, ఏడవనెల నుంచీ కనబడే లక్షణాలు.

21. గర్భం రావడం విషయంలో దంపతుల్లో ఉండే అపోహలు 179

ఒక్కసారే సంయోగం జరిపినా గర్భం వస్తుందా, గర్భం రావడానికి..., రజస్వల కాకుండా గర్భం రావచ్చా?, బహిష్టు సమయంలో సంయోగం చేసినా గర్భం వస్తుందా?

శ్రీలోకామోదేకం కలగకపోతే గర్భంరాదా, చిన్నవయసు  
లోనే గర్భంవస్తే నష్టాలు.

22. గర్భం ఎలా వస్తుంది? 186

అండంతో వీర్యకణాల కలయిక, అండం విడుదల, అండం  
విడుదల-సంయోగం, గర్భం రాకపోవడానికి కారణాలు,  
పిండం పెరుగుదల.

23. సక్రమ గర్భస్థావ పద్ధతులు 194

24. గర్భస్థావానికి నాటు పద్ధతులు 197  
పెన్సిళ్ళు, జడపిన్నులు: గర్భవిచ్ఛిత్తి-ఇంగువ.

25. గర్భస్థావ చట్టము 205

చట్టం ఆమోదించిన కారణాలు, గర్భస్థావం-గర్భనిరోధక  
మాత్ర: గర్భస్థావం ఎన్ని నెలలు వరకు చేయవచ్చు,  
గర్భస్థావం-మరికొన్ని వివరణలు.



.. కుటుంబ నియంత్రణ

ఈనాటి దంపతుల తక్షణ కర్తవ్యం

---

“మంది ఎక్కువైతే మజ్జగ పలచన అవుతుందని” మనకొక సామెత ఉంది. ఒక కుటుంబ విషయంలో ఇది ఎంత నిజమో, ఒక దేశం విషయంలోనూ అంతగానే నిజం. పరిమితికి మించి సంతానం కలిగితే కుటుంబంలో ఎన్ని సమస్యలు తలెత్తుతాయో అంతకంటే రెట్టింపు సమస్యలు దేశం విషయంలో కలుగుతాయి.

“పిండి కొద్దీ రొట్టె” దేశంలో ఆహారోత్పత్తికి తగిన వనరులు లేనపుడు, ఉండటానికి తగిన వసతులు లేనపుడు, ఉద్యోగాలకి తగిన ఖాళీలు లేనపుడు, రోగులకి తగినంత మందులు లేనప్పుడు లెక్కకు మించి జనాభా విపరీతంగా పెరిగిపోతున్నప్పుడు సమస్యలు ఎదురవక ఏమవుతాయి? అందరికీ అన్ని సౌకర్యాలు ఒసగురాచ్చంటే కుదిరేపనా?

అభివృద్ధి చెందిన దేశాలు అమెరికా, రష్యా, జపాను ఇంగ్లాండు, స్విట్జర్లాండు వంటి దేశాల్లోని ప్రజలు సకల సౌకర్యాలతో సుఖంగా ఉన్నారంటే వారు జనాభా పెరుగుదలని పూర్తిగా అరికట్టడం వల్లనే. ఎన్ని సంవత్సరాలు

గడిచినా ఆయా దేశాల జనాభా పెరగకుండా నిలకడగా ఉంది. అదే అభివృద్ధి చెందుతున్న, అభివృద్ధి చెందవలసిన దేశాల విషయం తీసుకొంటే ఎటువంటి హద్దూ, అదుపు లేకుండా జనాభా పెరిగిపోతుంది. అందుకనే ఆయా దేశాల ప్రభుత్వాలు ప్రజల సౌకర్యం కోసం ఎన్ని పనులు చేసినా, ఎన్ని అవకాశాలు కల్పించినా ఏమీ చేయనట్టే అనిపిస్తుంది.

ఈనాడు ప్రపంచ జనాభా సుమారు 500కోట్లు. వీటి 75 నుంచి 80% అయిన జనాభా పెరుగుతూ వస్తోంది. పెరుగుతున్న ఈ పేగం బట్టి చూస్తే ఇంకో పాతిక సంవత్సరాల్లో ప్రపంచ జనాభా ఇప్పుడు ఉన్న జనాభాకి రెట్టింపు అయ్యే ప్రమాదం ఉంది.

అంతపెరకెందుకు పెరుగుతున్న మన భారతదేశ జనాభానే చూస్తే కనిపిస్తుంది. 1981 జనాభా లెక్కల ప్రకారం మన దేశ జనాభా 83 కోట్ల 50 లక్షలు. 1971 జనాభా లెక్కల ప్రకారం అదే దేశ జనాభా 54 కోట్లు, అంటే పది సంవత్సరాల వ్యవధిలోనే 14 కోట్లు జనాభా పెరిగిపోయింది.

మన దేశ జనాభా ఎంత విపరీతంగా పెరిగి పోతోందంటే ఈ శతాబ్దం ఆరంభంలో 23 కోట్ల 80 లక్షలు. మరి 1981 సంవత్సరం వచ్చేనాటికి 68 కోట్ల యాభై లక్షలు అయిపోయింది.

అంటే కేవలం 80 సంవత్సరాల్లో దేశ జనాభా మూడు రెట్లు అయిపోయింది మరో మూడులో చెప్పాలంటే 80 సంవత్సరాల్లో 45 కోట్ల జనాభా పెరిగిపోయింది. మళ్ళీ నాలుగేళ్ళలో తీనే జనాభా లెక్కల్లో ఇంకెన్నికోట్ల జనాభా పెరిగిపోతుందో ! సంవత్సరానికి సగటున ఒక కోటి 30 లక్షల చొప్పున పెరుగుతున్న మన దేశ జనాభా 1990 నాటికి 82 కోట్లు అవుతుందని చెప్పకోవచ్చు. ఈ శతాబ్దంతానికి 95 కోట్లు దాటుతుంది.

1600 సంవత్సరంలో మన దేశ జనాభా ఉజ్జాయింపుగా 13 కోట్లు ఉండేది. క్రిందటి శతాబ్దం చివరినాటికి దేశ జనాభా 23 కోట్లు అయింది. అంటే మూడు వందల సంవత్సరాలకి కేవలం 10 కోట్ల జనాభాయే పెరిగింది. 300 సంవత్సరాలకి కేవలం 10కోట్ల జనాభాయే పెరిగితే ఈనాడు 1971 నుంచి 1981 నాటికి 10 సంవత్సరాల వ్యవధిలోనే 14 కోట్ల జనాభా పెరిగిపోయింది. దీనికి కారణం వైద్య శాస్త్రం గణనీయంగా అభివృద్ధి చెందడమే. పూర్వకాలం మశూచి, కలరా, ప్లేగు వంటి అంటువ్యాధులతో లక్షలాది మంది మరణించేవారు. అలాగే ఎన్నో ప్రమాదాలు, శిశు మరణాలు ఉండేవి. మరి ఈనాడు అటువంటి భయంకర అంటు వ్యాధులూ లేవు. వైద్యశాస్త్ర అభివృద్ధివల్ల అంటు వ్యాధులని అరికట్టి జీవన ప్రమాదాన్ని ఎంతో పెంచుకున్నావుడు, అదే సమయంలో ఘడ్డా ఘడ్డా లేకుండా పెరిగి

పోతున్న జనాభాని అరికట్టకపోతే మరికొన్ని క్రొత్త సమస్యలు రాక మానవు. పెరిగిపోతున్న జనాభావల్ల బాధలు కలుగక మానవు.

ప్రపంచ దేశాల్లో అధిక జనాభా రీత్యా చూస్తే చైనా ప్రథమ స్థానం ఆక్రమిస్తుంది.

దాని తరువాత భారతదేశం.

అధిక జనాభారీత్యా భారతదేశానికి రెండవస్థానమే అయినా భూభాగం వైశాల్యంరీత్యా చూస్తే చైనాకి ఉన్న భూభాగంలో ఏడవవంతే. అలాగే ప్రపంచ జనాభాలో 15 శాతం జనాభా మన దేశంలోనే ఉంది. కాని ప్రపంచ భూభాగం రీత్యా చూస్తే మనకి 2.4% మాత్రమే భూభాగం ఉంది. అమెరికాతో పోలిస్తే చూస్తే మన దేశ భూభాగం అయిదింట రెండుమాత్రమే ఉంది. అయితే జనాభా రీత్యా చూస్తే అమెరికా జనాభాకి మన దేశ జనాభా రెండున్నర రెట్లు ఎక్కువ ఉంది.

ఇంకొక విషయమేటంటే మన దేశ జనాభాలో 42 శాతం మంది 15 సంవత్సరాలలోపు వారు. అదే 40 సంవత్సరాల లోపు వారిని తీసుకుంటే మన దేశ జనాభాలో 75 శాతం పైగా ఉన్నారు. ఒక స్త్రీ 17 సంవత్సరాల వయస్సులో వివాహం చేసుకుని ఏ రకంగానూ కుటుంబ నియంత్రణని పాటించకపోతే తన సంతాన సాఫల్యత కాలంలో 13 మంది బిడ్డలని కనగలదు. మన దేశములో కుటుంబనియం

త్రణ పాటించకపోయినట్లయితే ప్రతీ స్త్రీకి తన సంతాన వృద్ధి కాలంలో సగటున రీగురు లేక 7 గురు పిల్లలు వుండతారు. ఈ విషయాన్ని మనం దృష్టిలో పెట్టుకుని చూస్తే కుటుంబనియంత్రణని పాటించకపోతే జనాభా ఎంత విపరీతంగా పెరిగిపోతుందో అర్థమవుతుంది. మన దేశంలో సాధారణంగా ఆడపిల్లలకి 15-19 సంవత్సరాలు వయస్సు వచ్చేసరికి పెళ్ళిళ్ళు అయిపోతాయి. ఇంతకంటే తక్కువ వయస్సులో కూడా పెళ్ళిళ్ళు అయిపోయే ఆడపిల్లలు ఎందరో ఉన్నారు. మన దేశంలో 18 సంవత్సరాల లోపు ఉన్న 60 శాతం మంది ఆడపిల్లలకి ఇప్పటికే పెళ్ళిళ్ళు అయి పోయి ఉన్నాయని జనాభా లెక్కలలో తేలింది. మరొక విశేషమేమిటంటే 14-16 సంవత్సరాలలోపు వివాహం చేసుకున్న స్త్రీలకి సంతానం చాలా త్వరగా కలుగుతుంది. అంతే కాకుండా పిల్లలు వెంట వెంటనే వుట్టుతారు. 17-19 సంవత్సరాల వయస్సులో కూడా దాదాపు వెంట వెంటనే పిల్లలు వుట్టటం జరుగుతుంది. అదే 19 సంవత్సరాలు దాటిన తరువాత అయితే అంత వెంట వెంటనే పిల్లలు వుట్టటంగాని, పెళ్ళి అవగానే గర్భం రావడంగాని ఉండదు. అదే ఇంకా 25-30 సంవత్సరాలు దాటితే పిల్లలు వెంట వెంటనే కలగడం ఉండదు. అందుకని జనాభా పెరగకుండా అదుపు చేయాలంటే వివాహ వయస్సుని పెంచడం అవసరం.



అదుపు లేకుండా జనాభా పెరిగి పోవడంతో దేశం ప్రగతికి ఎంతో అవరోధం ఏర్పడుతుంది. అభివృద్ధి చెందిన దేశాలు జనాభా పెరుగుదలని అరికట్టుకుని, సకలసౌకర్యాలు కలిగించుకుని హాయిగా ఉంటే, తక్కిన దేశాలు జనాభా విపరీతంగా పెరిగిపోతున్నందున తినడానికి సరైన తిండి లేక కట్టుకోవడానికి బట్టలేక, ఉండటానికి సరైన వసతిలేక బాధ పడుతున్నారు. ప్రభుత్వం ఏదో తమకి అన్ని సౌకర్యాలు సమకూర్చాలని ఆనకోవడంకక, ఎవరిమట్టుకు వారు ఒకరు ఇద్దరు పిల్లలతో కుటుంబాన్ని పరిమితం చేసుకోవాలి. చిన్న కుటుంబం చింతలు లేని కుటుంబం అని తెలుసుకోవాలి. పరిమితికి మించి సంతానాన్ని కని ఆ సంతానానికి తగిన తిండి పెట్టలేక, తగిన సౌకర్యాలు కలిగించలేక అనారోగ్యంగా, అశక్తులుగా తయారు చేసే కంటే కన్నటువంటి ఒకరిద్దరి పిల్లలని ఆరోగ్యంగా పెంచడం, చక్కగా వృద్ధిలోనికి తీసుకుని రావడం ప్రతీ తల్లి-తండ్రి చేయవలసిన పని. అలాగే ఆడపిల్ల తక్కువ అనీ, మగపిల్లవాడు ఎక్కువగా భావించి మగపిల్లవాడు పుట్టేంతవరకు పిల్లలని కంటూ పోవడం తప్పు. అలా కనడంవల్ల ఒరిగేదేమీ లేదు సరికదా కష్టాని కోరి తెచ్చి పెట్టుకోవడమే !

ఆడపిల్ల అయినా ఒకటే, మగ పిల్లవాడు అయినా ఒకటే. ఆలోచన లేకుండా పిల్లలని కంటూ ఉంటే ఆ తల్లి దండ్రులు ఇబ్బందులపాలు అవడమే కాకుండా దేశానికి

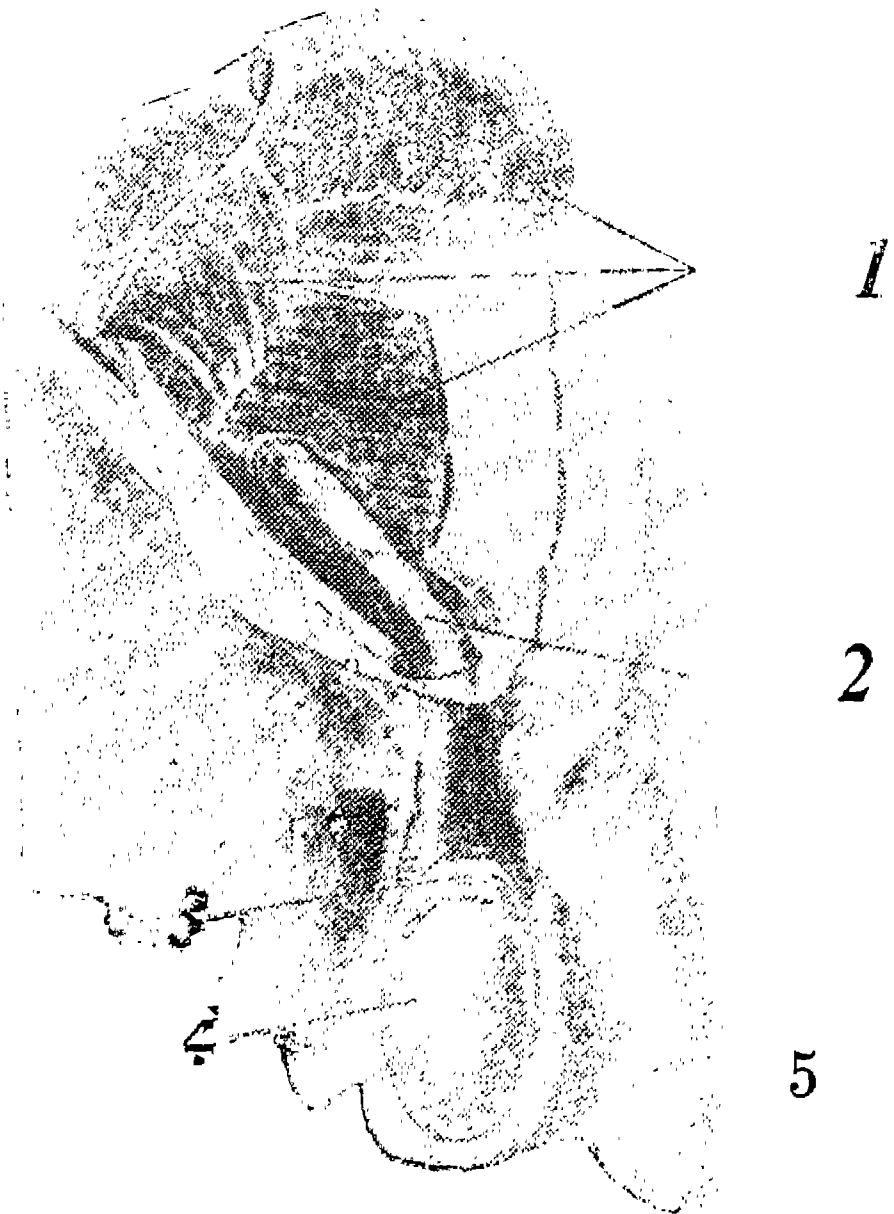
అనేక సమస్యలు తెచ్చి పెట్టడమే అవుతుంది. అదుపు లేకుండా జనాభా పెరిగినట్లయితే నిత్యావసర వస్తువుల ధరలు పెరిగిపోతాయి. నిరుద్యోగ సమస్య విలయతాండవం చేస్తుంది. మురికివాడలు పెరిగిపోతాయి.

వాతావరణ కాలుష్యం విపరీతమై పోతుంది. సంఘ విద్రోహకశక్తులు ఎక్కువై పోయి దోపిడీలు, దొంగతనాలు, హత్యలు పెరిగిపోతాయి.

విపరీతంగా జనాభా పెరిగిపోతున్న దృష్ట్యా, దాని వల్ల తలెత్తుతున్న అనేక విషమ సమస్యల దృష్ట్యా, కుటుంబ నియంత్రణని పాటించడం, ఒకరిద్దరి పిల్లలతో సంతానాన్ని పరిమితం చేసుకోవడం ఈనాటి దంపతుల తక్షణ కర్తవ్యం.



# పురుష జననేంద్రియాలు



1) పొత్తి కడుపు కండరాలు

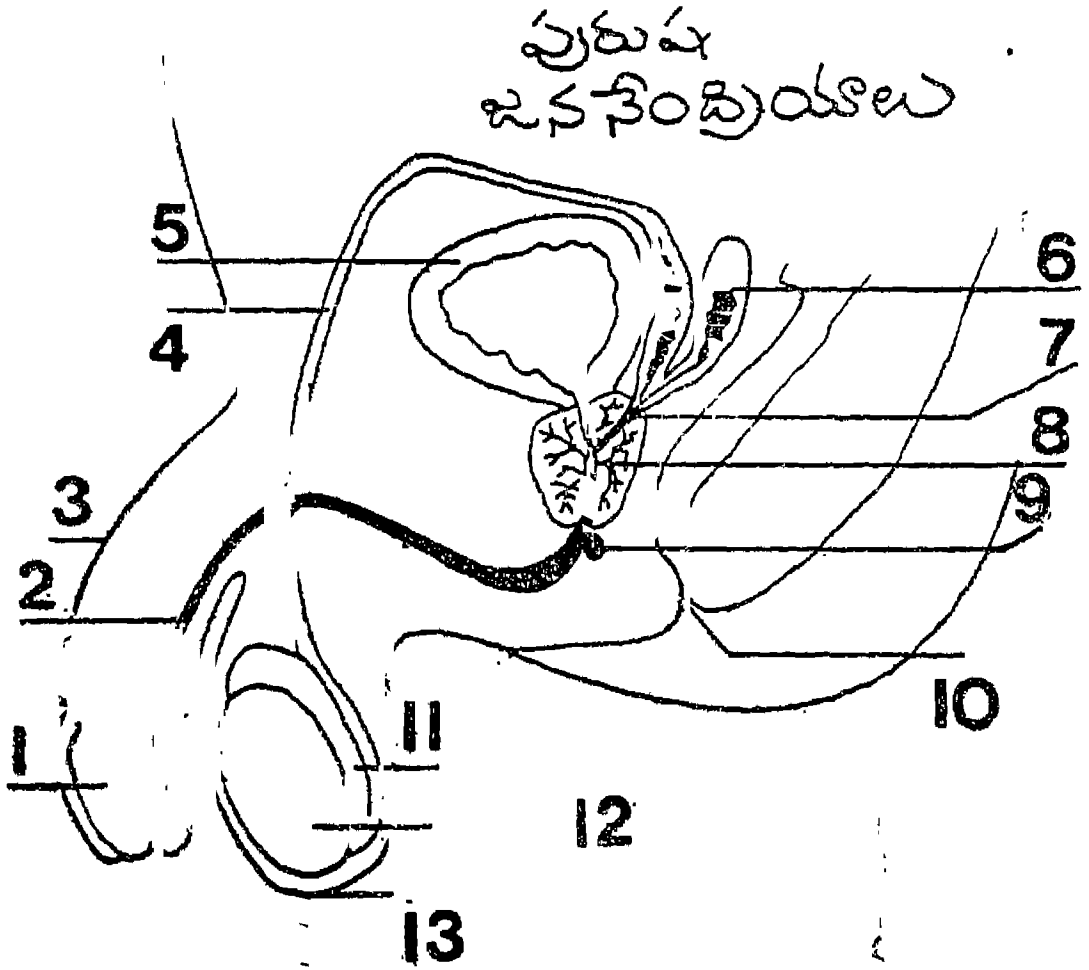
2) వీర్యవాహిక

3) ఎపిడిడిమిస్ (వీర్యవాహిక మొదటి భాగం)

4) వృషణం

5) పురుషాంగం

# అంతర పురుష జననేంద్రియాలు



1. శిశ్నం
2. మూత్రనాళం
3. పురుషాంగం
4. వీర్యవాహిక (వాస్ డిఫెరెన్స్)
5. మూత్రకోశం
6. శుక్రకోశాలు
7. వీర్యాన్ని విడుదల చేయు నాళము
8. ప్రొస్టేటు గ్రంథి
9. కౌపర్స్ గ్రంథి
10. మలద్వారం
11. ఎపిడిడిమిస్
12. వృష్ణం (టెస్టికల్)
13. బీజకోశం (స్కోటం)

## 2. నిరోధ్

### నిరోధ్ అంటే ఏమిటి?

క్రొత్తగా పెళ్ళి అయిన కుశల్రావుకి కొంతకాలం పాటు కుటుంబ నియంత్రణ పాటించాలని కోరిక కలిగింది. రోజూ శేడీయోలో ప్రచారం చేస్తున్న “నిరోధ్” అతన్ని కూడా ఆకట్టుకుంది. అనుకున్న ప్రకారంగా అతని భార్య అనిత అంగీకారంతో నూతన దాంపత్య జీవితాన్ని ప్రారంభించాడు. పాపం నిరోధ్ గురించి విన్నాడుకాని, నిరోధ్ని ఎలా వాడాలో తెలియక చివరికి తికమక పడ్డాడు. ఆ తికమక పర్యవసానంగా అతనికి అనుకోని విచిత్ర సమస్య తయారయింది. మరుసటి ఉదయమే డాక్టరు దగ్గరకు పరుగెత్తి “డాక్టర్! మీకు ఎలా చెప్పాలో తెలియకుండా ఉంది. కాని చాలా ప్రమాదం జరిగిపోయింది. కుటుంబ నియంత్రణ కోసం నిరోధ్ వాడబోతే అది సంయోగ సమయంలో నా భార్య యోని మార్గంలో జారిపోయింది ఏమి చేయాలి డాక్టర్? దీనివల్ల నా భార్యకి ఏమైనా ప్రమాదం అవుతుందా?” అని భయపడిపోతూ అడిగాడు.

కుశల్రావుకి నిరోధ్ సరిగ్గా యెలా వాడాలో తెలియకపోతే, ఇంకొంత మందికి అసలు నిరోధ్ అంటే ఏమిటో



తెలియదు. ఈ నిరోధనే రబ్బర్ అనీ, సేఫ్ అనీ, ఫ్రెంచి లెడర్ (యఫ్. యల్) అనీ, గర్భనిరోధక సాధనమనీ అంటారు. ఈ రోజుల్లో తయారయ్యే నిరోధాన్ని కలచుగా మెత్తగా ఉండే రబ్బరుతో తయారుచేస్తున్నారు జంతువుల చర్మంతో తయారయే నిరోధాలు కూడా కొన్ని వున్నాయి. నిరోధ ఒక అంగుళం వెడల్పు, ఏడు అంగుళాల పొడవు వుంటుంది. నిరోధకూడా రబ్బరు బూర లాగానే గాలి వూదితే ఉబ్బుతుంది. నిరోధ క్రింది భాగంలో చిన్న బుడగ లాగా ప్రత్యేకంగా వుంటుంది. సంయోగం సమయంలో విడుదలయిన వీర్యం ఇందులో వుండిపోతుంది. నిరోధ పురుషాంగానికి తడిగినప్పుడు జారిపోకుండా వుండటానికి దీని ముందు భాగములో దళసరిగా వుండే రబ్బర్ ఇలాస్టికోరింగ్ వుంటుంది. నిరోధల్లో సైజులు వేరువేరుగా వుండవు. దీనికి సాగే గుణం వుంది. కనుక పురుషాంగము ఏ పరిమాణము కలిగి వున్నా సరిపోతుంది. నిరోధాలు ఒక్కొక్కటి వేరువేరుగా తగరపు కాగితముతోగాని, దళసరిఅట్టతోగాని చుట్టబడి వుంటాయి.

ఈనాడు నిరోధాలు కుటుంబ నియంతణకి వుపయోగిస్తున్నా మొట్టమొదట్లో ఎక్కువగా అక్రమ కామసంబంధాలకి, వేశ్యాసంపర్కమువల్ల వచ్చేసుఖివ్యాధులు రాకుండా వుండటానికి మాత్రమే వుపయోగించేవారు. కుటుంబనియంతణ సాధనాలలో ఒకటిగా ఇది ప్రచారము కలగడానికి కొన్ని అపోహలుకూడా అడ్డము వచ్చాయి. నిరోధ చాలా

సందర్భాలలో ఫేల్ అయిపోతుందనే దురభిప్రాయం వుంది. దీనికి కారణము సరిగ్గా దానిని వుపయోగించ లేకపోవడము లేదా పురుషుని నిర్లక్ష్యం. స్త్రీ గర్భవతి కాకుండా వుండా లంటే పురుషుడు జాగ్రత్తగా నిరోధ్ వాడాలి. భర్త నిరోధ్ వాడతాడుకదా అని భార్య నమ్మి పూరుకున్నా, పురుషుడు అజాగ్రత్తగా, నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించినా భార్యకి గర్భము రావడానికి ఆస్కారం వుంది. పైగా కొందరు పురుషులకు సహజరతికీ, నిరోధ్ వాడుతూ పాల్గొనే రతికీ చాలా తేడా కనబడుతుంది. నిరోధ్ వాడుతున్నప్పుడు కొందరికి రతిలో కలగలవసినంత తృప్తి కలగకుండా వుంటుంది. రతిలో తృప్తి కలగడం లేదని భావించి సరిగ్గా వీర్యస్థలనానికి ముందు నిరోధ్ వాడవచ్చని ఊహిస్తుంటారు. అటువంటప్పుడు పిక్కుక్కసారి సంయోగంలో శీఘ్రస్థలనం అయి గర్భం రావచ్చు.

### నిరోధ్ ని వాడటం ఎలా ?

సంయోగంలో పాల్గొనబోయే ముందే నిరోధ్ ని స్తంభించిన పురుషాంగానికి తోడగాలి. పురుషాంగం చివరి భాగాన్న నిరోధ్ ఒక అర అంగుళం పొడవు వదులుగా ఉంచాలి. అలా ఉంచటంవల్ల స్థలనమైన వీర్యం అక్కడే వుండిపోవటానికి వీలు కుదురుతుంది. నిరోధ్ స్తంభించిన పురుషాంగానికి తోడగబోయే ముందు శిశ్నంపై న ఆచ్ఛాదనగా వుండే చర్మాన్ని వెనకకులాగి తోడగాలి. సుస్త్రీ

చేయించుకున్న వాళ్ళల్లో ఆ సమస్యే ఉండదు. నిరోధ్ తొడుగుతున్నప్పుడు చేతి గోళ్ళుకాని, పేళ్ళకు ఉండే ఉంగరాలుకాని గీసుకుపోకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. లేకపోతే ఆ తెగిన స్థలంనుంచి వీర్యం లీక్ అవడానికి ఆస్కారం వుంటుంది. నిరోధ్ని పురుషాంగానికి చివరికల్లా తొడిగి ఇలా స్పైక్ రింగ్ గట్టిగా కట్టుకొనేటట్లు చూడాలి. నిరోధ్ వాడు తున్నప్పుడు పురుషాంగంనుంచి వెలువడే ద్రవాలు బయటకురావు కనుక అంతా పొడిగా వుంటుంది. అటువంటప్పుడు (స్త్రీ) యోనిమార్గం కూడా సరిగ్గా ద్రవాలు పూరక పొడిగ ఉంటే అటువంటి దంపతులలో సంయోగం సరిగ్గా కదరదు. పైగా బాధాకరంగా వుంటుంది. ఇటువంటప్పుడు కుటుంబ నియంత్రణ కుపయోగించే పేస్టులు, జెల్లీలు నిరోధ్ పై సరాయాలి. అప్పుడు తేలికగా సంయోగం కుదురుతుంది. జారుడు పదార్థంగా వేజలైను వ్రాయకూడదు, వేజలైను లాంటివి నిరోధ్ రబ్బరుని పాడుచేస్తాయి.

పురుషాంగం బాగా స్తంభించి ఉన్నప్పుడు నిరోధ్ బాగానే కట్టుకుని ఉండి జారిపోకుండా ఉంటుంది. అలా కాక వీర్యం స్థలనం అయిన తరువాతగాని, సంయోగం సమయంలో ఇతర కారణాలవల్ల కాని పురుషాంగం పరిమాణం తగ్గిపోతే, నిరోధ్ జారిపోయి యోనిమార్గంలో ఉండిపోవడానికి ఆస్కారం ఉంది. అందుకని నిరోధ్ వాడేటప్పుడు పురుషాంగ పరిమాణం తగ్గకముందే రత్తినుండి ఉపసంహరించాలి

లేకపోతే స్థలనమైన వీర్యం నదులుగా ఉన్న నిరోధించి బయటకు జారుకుంటూ వచ్చి యోని మార్గంలో ప్రవేశించ వచ్చు. అందుకని అంగ శరిమూలం తగ్గిపోగానే నిరోధని చేతితో అదిమిపట్టుకొని పురుషాంగాన్ని యోనిమార్గంనుండి ఉపసంహరించాలి. ఒకవేళ నిరోధ యోనిమార్గంలోకి జారి పోతే వెంటనే చేతివేళ్ళు యోని మార్గంలోకి పోనిచ్చి తీసి వేయాలి. ప్రతీసారి సంయోగం అవగానే నిరోధని జాగ్రత్తగా శరిశీలించాలి. నిరోధ ఎక్కడయినా చిరుగుపడినట్టు కనబడితే వెంటనే యోని మార్గాన్ని డూమ్ చేసుకోవాలి. లేదా కుటుంబనియంత్రణ కోసం ఉపయోగించే పేస్టుని యోని మార్గంలో ప్రవేశపెట్టాలి. అసలు నిరోధ ఉపయోగించేటప్పుడల్లా దానితోపాటు ఫోమ్ బిళ్ళలుగాని, కుటుంబ నియంత్రణ జెల్లీ లుగాని వాడినట్లయితే నిరోధ ఎట్టి పరిస్థితుల్లో చిరిగినా, జారినా గర్భం వచ్చే ప్రమాదం ఉండదు. నిరోధ వాడబోయేముందు బెలూన్ లాగ గాలి వూది చూచి బాగా ఉన్నట్లయితేనే వాడుట మంచిది. కానీ మంచి కంపెనీని, నమ్మకమైన షాపులో కొత్తసాకు తీసుకుంటే అంతగా యిబ్బంది ఉండదు. రబ్బరు నిరోధాలు ఒక్కసారికే పనికివస్తే చర్మం నిరోధాలు ఎక్కువసార్లు ఉపయోగించవచ్చు. ఈ రెండు రకాలుకాక “టిప్” నిరోధాలు కేవలం పురుషాంగం చివరఉండే శిశ్నాన్ని మాత్రమే కప్పి ఉంచుతాయి. ఇవి గర్భనిరోధానికి వాడకుండా ఉండడం మంచిది. ఇవి తేలికగా సంయోగ సమయంలో జారిపోవచ్చు.

1981-82 సంవత్సరాల్లో భారతదేశంలో 44 లక్షల మంది దంపతులు నిరోధ్ ద్వారా కుటుంబ నియంత్రణని పాటిస్తే, 1984 సంవత్సరం వచ్చేసరికి దానికి రెట్టింపు దంపతులు నిరోధ్ వాడటం చేస్తున్నారు. ఈనాడు ప్రపంచంలో 40 మిలియన్లకి మించి దంపతులు కుటుంబ నియంత్రణని పాటించడానికి నిరోధ్ వంటి సంతాన నిరోధక సాధనాన్ని వాడుతున్నారు. జపానువంటి దేశాల్లో దంపతులు ఆకర్షణీయంగా ఉండే రంగురంగుల నిరోధ్ లు వాడుతున్నారు. ఈ రకంగా నిరోధ్ వంటి ప్రాచుర్యం బాగా పెరిగింది.

నిరోధ్ వాడటం అతి తేలిక. చాలా క్షేమకరమైనది. ఏ విధంగానూ దంపతుల్లో ఏ ఒక్కరికీ అనారోగ్యాన్ని కలిగించదు. పైగా నిరోధ్ వాడకంవల్ల స్త్రీలకి గర్భాశయ కంఠానికి కేన్సర్ వచ్చే అవకాశాలు కూడా తగ్గుతాయి. ఎందుకంటే భర్త పురుషాంగానికి ఉండే పాచి పదార్థం స్త్రీ యోనిలోకి ప్రవేశించదు. (పాచికి కేన్సర్ ని కలిగించే గుణం ఉందనే సిద్ధాంతం ఉంది కదా).

అరుదుగా కొందరు దంపతులకి నిరోధ్ రబ్బరు ఎల్లర్జి కలిగించవచ్చు. అలాగే నిరోధ్ ని ఎంత జాగ్రత్తగా వాడుతున్నా వందమందిలో 6-10 మంది దంపతులకి గర్భంవచ్చే అవకాశం ఉంది. దానికి కారణం అది జారిపోవడమో, చిల్లు ఉండడమో. అయితే ఫోమ్ బిళ్ళలతో పాటు ఇది వాడితే ఆ అవకాశం కూడా లేదు.



### 3. గర్భనిరోధక మాత్రలు

శ్రీమతి ఉమా రాణి ఒక శాతేజ్లో లెక్చరర్. ఆమెను చూచి తక్కిన లెక్చరర్స్ కి అసూయగానూ ఉంటుంది. ఆశ్చర్యంగానూ ఉంటుంది. శారణం ఆమె తన దాంపత్య జీవితాన్ని చక్కగా తీర్చిదిద్దుకోవడమే. వివాహమయిన నాలుగు సంవత్సరాలకు దాంపత్య జీవితపు తొలి దినాల్లోని ఆనందానుభూతిని ఎటువంటి బాదరబందీ లేకుండా అనుభవించింది. తరువాత వుట్టిన యిద్దరు పిల్లల్ని ఎంతో ప్లానుగా పెంచింది. ఆ పిల్లల ఆరోగ్య విషయంలోను, ఆహార విషయంలోను యెంతో శ్రద్ధ వహించింది. ఇలా కాకుండా వివాహమవగానే పిల్లలువుట్టి, వాళ్ళని సరిగ్గా పెంచలేక, పిల్లల్ని చూసేవాళ్ళు ఎవరూలేక దాంపత్య జీవితపు ఆనందాన్ని అనుభవించలేని వాళ్ళు ఈ లోకంలో యెంతోమంది వున్నారు. ఇటువంటి స్త్రీలందరికీ సరయిన మార్గం గర్భనిరోధక మాత్ర.

సామాజిక అవసరాలకోసం చేసిన కృషిలో గర్భనిరోధక మాత్ర వైద్యశాస్త్రజ్ఞుల విజయం. 20వ శతాబ్దపు ప్రారంభంలో స్త్రీ సంక్షేమము కొరకు స్త్రీ స్వేచ్ఛకొరకు గట్టిగా పోరాడిన వాళ్ళలో మార్గరేట్ శానడర్ ఒకరు. ఏ

(స్త్రీ)కి అయినా పిల్లలు కలిగే విషయంలో అదుపు చేసుకోగల శక్తి, స్వచ్ఛ లేనంతకాలము స్వతంత్రముగల (స్త్రీ)గా మనజాలదు. ఈ అభిప్రాయముతోనే 1930లో మార్గరేట్ శానజర్ “ప్లాన్ పేరెంటు హుడ్ షెడరేషన్” నుండి 2, 100 డాలర్లు విరాళంగా సేకరించి డాక్టర్ పింకన్ అతని సహచరుడు జాన్ రాక్ కి గర్భనిరోధక ప్రక్రియలు కనిపెట్టడానికి సహాయము చేసింది. తరువాత వీరిద్దరి రీసెర్చికి అనేక సంస్థల నుంచి కూడా కొన్ని మిలియన్ల డాలర్లు రాసాగాయి. 1956 లో రాక్ పింకన్ - వీరితో కలసిన మరొక డాక్టర్ సెల్సోగార్సియా మురికి పేటల్లో నివసించే 265 మంది (స్త్రీ)ల మీద ఈ గర్భనిరోధక మాత్రలు వాడి సంతృప్తికరమైన ఫలితాలను గమనించాడు. దీనితో “ఉమన్ లిబరేషన్” ఉద్యమములో విప్లవాత్మకమైన మలుపు పచ్చింది. గర్భనిరోధక మాత్ర కనిపెట్టిన దశాబ్దంలోనే అనేక కంపెనీలు యీ మాత్రలను కొన్ని మిలియన్ల సంఖ్యలో తయారు చేశాయి.

**గర్భనిరోధకమాత్ర ఎలాగర్భాన్ని నిరోధిస్తుంది?**

మామూలుగా మెదడులో ఉండే పిట్యూటరీ గ్రంథి నుండి అండాశయాలని ఉత్తేజపరిచే హార్మోన్లు తయారవుతూ వుంటాయి. ఆ పిట్యూటరీ హార్మోన్ల ఫలితంగా అండాశయాలనుండి గుడ్డు తయారయి విడుదలవడం జరుగుతూ

వుంటుంది. అంతేకాకుండా ఈ హోమ్స్టేషన్లు ఫలితంగా అండా శయాలనుంచి ఈస్ట్రోజన్, ప్రొజెస్టిరోన్ హోమ్స్టేషన్లు తయారవుతూ వుంటాయి. ఒకవేళ స్త్రీ గర్భవతి అయినట్లయితే అండాశయాలనుంచి విడుదలవుతున్న ప్రొజెస్టిరోన్ హోమ్స్టేషన్లు యెక్కువ మోతాదులో తయారవడము ప్రారంభం అవుతుంది. ఈ ఎక్కువగా తయారయ్యే ప్రొజెస్టిరోన్, అక్కడనుంచి తయారయ్యే ఈస్ట్రోజన్ కలిసి పిట్యూటరీ గ్రంథి నుండి అండాశయాలను ఉత్తేజపరిచే హోమ్స్టేషన్లు తయారవకుండా చేస్తాయి. దాని ఫలితంగా అండాశయాల నుంచి గర్భిణీ స్త్రీలో మరొక గ్రంథు విడుదలయ్యే అవకాశం వుండదు. ఈ విషయాన్నే శాస్త్రజ్ఞులు గుర్తించి స్త్రీ బహిష్టు అయిన అయిదవ రోజునుంచే ఎక్కువ మోతాదులో ఈస్ట్రోజన్, ప్రొజెస్టిరోన్ మాత్రల రూపములో యివ్వడము జరిగింది. ఈ విధముగా ఈ రెండు హోమ్స్టేషన్లు గ్రంథుని తయారుచేసే హోమ్స్టేషన్లు పిట్యూటరీ గ్రంథినుంచి వెలువడకుండా నిరోధించివేస్తాయి. అంతే కాకుండా గర్భ నిరోధక మాత్రల ద్వారా యిచ్చే ప్రొజెస్టిరోన్ పల్ల గర్భాశయము కంఠం దగ్గర వుండే పచ్చని పొర దళసరిగా మారి గర్భాశయములోనికి వీర్యకణం ప్రవేశానికి అవరోధము కలిగిస్తుంది. అంతే కాకుండా గర్భాశయము లోపలిపొరను అండము పొడగబడటానికి అనుకూలంగా లేని స్థితిలో ఉంచుతుంది. అందుచేత ఎట్టి పరిస్థితుల్లో అయినా అండము

తయారయి విడుదలయినా అండాశయము లో అది పిండంగా ఎదగడానికి వీలులేకుండా అయిపోతుంది.

స్త్రీ బహిష్టు అయిన 5 వ రోజునుంచి రోజూ ఒక మాత్ర చొక్కన 21 రోజులు తీసుకోవాలి. 5వ రోజు అంటే ఎప్పుడు అని అనుమానము కలుగవచ్చు. స్త్రీ బహిష్టు ప్రసావము కనబడిన రోజు మొదటి రోజు క్రింద లెక్క కట్టాలి. అక్కడినుంచి లెక్కకట్టి అయిదవ రోజునుంచి గర్భనిరోధక మాత్ర ప్రారంభించాలి. గర్భనిరోధక మాత్ర ఒక నిర్ణీత సమయంలో రోజూ తీసుకోవాలి రాత్రిపూట మొదలెట్టి నట్లయితే రాత్రిపూటే తీసుకోవాలి. ఒకరోజు రాత్రిపూట, మరొకరోజు మధ్యాహ్నము యలా తీసుకోవడం సరైన విధానముకాదు. రోజూ రాత్రిపూట భోజనము చేయగానే గర్భనిరోధక మాత్ర తీసుకోవడము మంచిది. ఆహారము తీసు కున్న తరువాత మాత్ర వేసుకుంటే కడుపులో వికారము కలగడము, తల తిరగడము లాటివి అనిపించవు. ఇలా 21 మాత్రలు వేసుకుని ఆపివేసిన 3 రోజుల్లో బహిష్టు ప్రసావము కనబడుతుంది. తిరిగి బహిష్టు ప్రసావము కనబడిన 5వ రోజు నుంచీ గర్భనిరోధక మాత్ర తీసుకోవటము ప్రారంభించాలి.

కొందరు స్త్రీలు తిరిగి అయిదవరోజునుంచి గర్భనిరో ధక మాత్ర వేసుకోవడము మరచిపోతూ వుంటారు. అటు వంటి అవకాశము లేకుండా 28 మాత్రలు ఉండే ప్యాకెట్లు తయారుచేయబడి వున్నాయి. ఈ 28 మాత్రలు ఉండే

ప్యాకెట్లు వాడే స్త్రీలు యిక బహిష్టు సమయంలో కూడా బిళ్ళ ఆపే పనిలేదు.

## కుటుంబ నియంత్రణ మాత్రలు

కుటుంబనియంత్రణ కొరకు స్త్రీలు రోజు వాడే బిళ్ళలు బహిష్టు స్రావం కనబడిన అయిదవ రోజునుండి వేసుకోవాలి కదా! మరికొందరు బహిష్టు సమయంలోకూడా సంయోగం జరుపుతారు. ఇటువంటి స్త్రీలు బహిష్టు సమయంలో మాత్రలు వాడకపోవడంవల్ల గర్భం రావడానికి అవకాశం ఉండదా అనే అనుమానం కొందరు వ్యక్తపరుస్తారు.

నెల నెలా ప్రతి బహిష్టుకి అయిదవ రోజునుంచి కుటుంబ నియంత్రణ మాత్రలు వాడే స్త్రీలు బహిష్టు సమయంలో సంయోగం జరపడంవల్ల గర్భం రావడం జరగదు. అందుకని బహిష్టు సమయంలో జరిపినా ప్రత్యేకంగా మాత్రలు వాడనవసరం లేదు. మామూలుగానే ఐదవ రోజునుంచి వాడితే చాలు.

## గర్భనిరోధక మాత్ర - కొన్ని అనుమానాలు

గర్భనిరోధక మాత్రలు కొన్ని నెలలపాటు వాడుతున్నా ఎప్పుడు పిల్లలు కావాలనుకుంటే అప్పుడు మాని వేయవచ్చు. ఈ మాత్రలు కొంతకాలముపాటు వాడుతూ ఉండినట్లయితే, తరువాత పిల్లలు కలగరేమోననే భయము అనవసరము. 75 శాతము స్త్రీలలో ఈ మాత్రలు వాడటము



మానివేసిన 2 నెలల్లో గర్భిణీ రావడానికి ఆస్కారము వుంది 90 శాతం స్త్రీలు ఒక సంవత్సర కాలము లోగా గర్భవతులవుతారు. స్త్రీలు గర్భనిరోధక మాత్రలు వాడినా, అవి మానివేసిన తరువాత అందరి స్త్రీలలాగానే మామూలుగా గర్భవతులవుతారు. అలాగే గర్భనిరోధక మాత్రలు వాడి ఆపిన తరువాత ఆ స్త్రీలకు పుట్టిన పిల్లలు మామూలు ఆరోగ్యవంతులుగానే వుంటారు. వారిమీద ఆ మాత్రల ప్రభావము ఏమీ వుండదు.

## గర్భనిరోధక మాత్రలు - దుష్ఫలితాలు

మామూలు ఆరోగ్యవంతమైన స్త్రీకి ఈ మాత్రలవల్ల పెద్ద దుష్ఫలితాలు ఏమీ కలగవు. కాని మాత్రలు వాడడము మొదలుపెట్టిన మొదటి రెండు మూడు నెలల్లో కొన్ని ఒడిదుడుకులు కనబడతాయి. దీనికి కారణము ఆ మాత్రలో వుండే ఈస్ట్రోజన్ హార్మోను. నాలుగు నెలల్లోగా మాత్రల రూపములో యిచ్చే ఈ హార్మోనుల ప్రభావానికి శరీరము సరిపెట్టుకోగలుగుతుంది. 3 నెలల తరువాత కూడా యీ మాత్రలవల్ల చెడు ఫలితాలు కనబడుతూ వుంటే డాక్టరు సలహా పొందడము మంచిది. ఎక్కువమంది స్త్రీలలో వీటివల్ల ఎటువంటి చెడు ఫలితాలు కనబడవు మామూలుగా ఇబ్బంది కలిగించే లక్షణాలలో కడుపులో వికారము ఒకటి. మామూలుగా ఒకటి రెండు రోజులలో యీ ఇబ్బంది తగ్గిపోతుంది.

అసలు రాత్రిపూట భోజనము చేయగానే యీ మాత్ర వేసుకుంటే చాలావరకూ ఏ వికారము అనిపించదు లేదా ఒక గ్లాసు పాలలో తీసుకున్నా ఏమీ అనిపించదు.

ఈ మాత్రలు తీసుకొంటున్న కొందరు శ్రీలక్ష్మీకాళ్య నీరు రావడం, కాళ్యల్లో కండలు బిగదీసుకున్నట్లు, వత్సో జాలు బరువెక్కినట్లు, ఒళ్ళు బరువెక్కినట్లు అవడము ఉంటాయ. కొందరికి ఒంటికి దురదలు వస్తాయి. ఇలాకాక కొందరు శ్రీలకు బాగా తలనొప్పి రావడము, ఒళ్ళు తూలి నట్లు అవడము, చూపు కనబడటము లో మార్పు రావడము కలుగవచ్చు. ఇటువంటిప్పుడు ఆ మాత్రలు ఆపివేయడము మంచిది. కొందరు శ్రీలకు తెల్లబట్ట అవడము అనేది ఈస్ట్రో జన్ వల్లనే కాని ఇతరతా వ్యాధి కలిగిగాదు. కొందరు శ్రీలక్ష్మీ ఆకలిపెరగడము, బరువు పెరగడముకూడా వుంటాయి. మరికొందరు శ్రీలక్ష్మీ యీ మాత్రలు వాడుతున్నా బహిష్టుకీ బహిష్టుకీ మధ్య కొద్దిగా రక్తస్రావం కనబడవచ్చు. అది కేవలము ఆ మాత్రలలో ప్రొజెస్టిరోన్ హార్మోనుకి సంబంధించిన మోతాదు తక్కువలో ఉండుటయే కారణము. ఇటువంటి శ్రీలు ప్రొజెస్టిరోన్ ఎక్కువ ఉండే గర్భనిరోధక మాత్రలు వాడడము మంచిది. అరుదుగా కొందరికి యోనిలో బాగా దురద, మంట కలగడము సంయోగానికి ఇబ్బందికరంగా వుండటము ఉండవచ్చు. అది కేవలం యీ మాత్రల వల్లనే.

## గర్భనిరోధక మాత్రవల్ల కేన్సర్ వస్తుందా?

30 సంవత్సరాల పైగా శ్రీల వ్యాధులలో చాలా ఎక్కువ మోతాదులో ఈస్ట్రోజన్ హార్మోనును ఉపయోగించడము జరుగుతోంది. యీ రకంగా ముదు రూపములో యీ హార్మోన్లు ఇవ్వగా కేన్సర్ వచ్చినట్లు ఎక్కడా రూఢి అనలేదు. కొంతమంది యీ మాత్రలు వాడితే కేన్సర్ వస్తుందేమోనని అపోహ పడటానికి ఒక కారణం ఉంది. యీ మాత్రలు వాడుతున్నప్పుడు గర్భాశయ కంఠము దగ్గరవున్న టిస్యూలలో కేన్సర్ వచ్చినపుడు కనబడే మార్పులు కనబడటము జరుగుతుంది. శ్రీ గర్భవతిగా వున్నప్పుడు కూడా అక్కడి టిస్యూలలో ఇటువంటి కేన్సర్ లక్షణాలే కనబడి, కాన్పు అయిపోయిన తరువాత ఆ లక్షణాలన్నీ పోయి మామూలుగానే మారిపోతాయి. అదే విధంగా మాత్రలు వాడుతున్నంత కాలము కనబడి, ఆ మాత్రలు మానివేయగానే ఆ లక్షణాలు తేకుండా పోతాయి. ఇంకో రకంగా చూస్తే అసలు ఈ మాత్రలు గర్భాశయానికి, వక్షోజాలకు కేన్సర్ రాకుండా నిరోధిస్తాయి.

## తొందరికి నిషేధింపబడిన మాత్ర

రక్తనాళాల్లో రక్తం గడ్డకట్టే స్వభావం ఉన్నప్పుడు ఊపిరితిత్తుల్లో రక్తం గడ్డకట్టి అడ్డు పడినప్పుడు, పక్షవాతం వచ్చినప్పుడు, కళ్ళనరాల్లో రక్తవ్రసారం ఆగిపోయినపుడు

గుండె జబ్బు ఉన్నప్పుడు, శరీరంలో కేన్సర్ ఉన్నప్పుడు గర్భనిరోధక మాత్రలు ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ వాడకూడదు. ఎందుకంటే ఆ మాత్రలలో ఉండే ఈస్ట్రోజను హార్మోను ఆ వ్యాధి ముదరడానికి లేదా తిరగబెట్టడానికి దోహదం చేస్తోంది. పై పరిస్థితుల్లోనే కాకుండా మధుమేహం ఉన్న వాళ్ళు మైగ్రేన్ తలనొప్పితో బాధపడుతున్న వారు, గర్భాశయంలో ఫైబ్రాయిడ్స్ ఉన్నవారు నోటి మాత్రలు వాడకూడదు.

## గర్భనిరోధక మాత్రలు పాలు ఇస్తున్న తల్లులు వాడవచ్చా ?

గర్భనిరోధక మాత్రల వల్ల తల్లి దగ్గర పాలు తగ్గిపోవడానికి అవకాశం ఉంది. అందుకని బిడ్డ ఆహారం తీసుకోవడం మొదలుపెట్టే వరకు తల్లి సంతాన నిరోధక మాత్రలు వేసుకోవడం మంచిదికాదు. బిడ్డకు పాలు ఇస్తున్న తల్లులు కనీసం ఆరవ నెలవరకు ఈ మాత్రలు వాడకుండా ఉండటం మంచిది. అయితే కుటుంబ నియంత్రణకి ఇతర పద్ధతులు అవలంబించవచ్చు.

## కొన్ని సంతాన నిరోధక నోటి మాత్రలు

‘ఓరల్ కాంట్రాసెప్టివ్స్’ నే నోటి మాత్రలు అని అంటారు. మార్కెట్టులో ప్రతీ మందుల పాపులోనూ, ప్రభుత్వంవారి కుటుంబనియంత్రణ విభాగంలోనూ ఈక్రింది

విధమైన నోటి మాత్రం ప్యాకెట్టులు చొరుకుతాయి. వీటిల్లో వేటినినా దంపతులు కుటుంబ నియంత్రణని పాటించడానికి వాడవచ్చు.

1. కంట్రైన్డ్ పిక్ (గవర్నమెంట్ ఆఫ్ ఇండియా: కుటుంబనియంత్రణ నోటి మాత్రం).

21 బిళ్ళల ప్యాకెట్టులు

28 బిళ్ళల ప్యాకెట్టులు

ఇలా ఈ నోటి మాత్రం రెండు రకాలు ఉన్నాయి. 28 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు ఎలా ఉపయోగించవలసినదీ తరువాత వివరించబడుతుంది.

2. ఓక్రవాల్ (21 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు)

3. ఓక్రవాల్ యల్ (21 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు)

4. ఓక్రెస్ట్ 21 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు మరియు 28 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు

5. ప్రైమోవలార్ - 50

21 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు

6. ప్రైమోవలార్ ఇ. డి.

28 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు

7. ప్రైమోవలార్ - 30

21 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు

8. మోనోవలార్

21 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు, 28 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు

9. ఓప్యూలిన్ - 50

21 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు

10. ఆర్థోనోవిన్

21 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు

11. నారాసైక్లిన్

22 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు

12. లిండియాల్

22 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు

13. ట్రైక్విల్

21 బిళ్ళల ప్యాకెట్టు

పైన ఇచ్చిన నోటిమాత్రల లిస్టు మార్కెట్టులో లభించే అనేకంలో కొన్ని మాత్రమే. ఏటిలో 21 బిళ్ళల ప్యాకెట్టుగాని, 22 బిళ్ళల ప్యాకెట్టుగాని బహిష్టు ప్రావం కనబడిన ఏవ రోజునుంచి ప్రతి రోజూ రాత్రిపూట ఒకటి చొప్పున వాడాలి.

28 బిళ్ళల ప్యాకెట్టులు తయారు చేయడంలో ఒక కారణం ఉంది. కొందరికి రోజూ వేసుకుంటే తప్ప మానివేసిన తరువాత తిరిగి ఏవ రోజున వేసుకోవాలని గుర్తు రాదు. అందుకని అటువంటి స్త్రీలకి ఇక ఎప్పటికీ మానకుండా సంవత్సరం తరబడి రోజూ వేసుకునేందుకు 28 బిళ్ళల ప్యాకెట్టులు తయారుచేయబడ్డాయి. ఈ 28 బిళ్ళల ప్యాకెట్టులో మొదట 21 బిళ్ళలే ఈస్ట్రోజన్, ప్రొజెస్టరన్ హార్మోన్లకి సంబంధించినవి. మిగతా 7 బిళ్ళలు కేవలం ఐరన్ లేదా లాక్టోజ్ బిళ్ళలు.

సాధారణంగా 21 ప్యాకెట్లు బిళ్ళలు వాడే త్రీలు ఆ ప్యాకెట్లు పూర్తి అవగానే ఆపివేస్తారు. అవి ఆపివేసిన 3-4 రోజుల్లో బహిష్టు వస్తుంది. తిరిగి బహిష్టు వచ్చిన తరువాత 5వ రోజునుంచి కొత్త ప్యాకెట్లు ప్రారంభిస్తారు. కాని 28 బిళ్ళల ప్యాకెట్లులే కావాలనుకునే త్రీలు మొట్ట మొదటిసారి 5వ రోజునుంచి తెల్ల బిళ్ళల దగ్గరనుంచి మొత్తం 21 బిళ్ళలు పూర్తి చేసి తరువాత చాక్లెటు రంగులో ఉండే మిగతా 7 బిళ్ళలు వేసుకుంటారు. ఈ బిళ్ళలు కూడా రోజుకి ఒకటి చొప్పునే వాడాలి. ఈ 7 బిళ్ళలు పూర్తి అయిపోయేలోగా బహిష్టు రావడం, పూర్తి అవడం జరిగి పోతుంది. ప్యాకెట్లు అయిపోగానే తిరిగి 28 బిళ్ళల ప్యాకెట్లు తీసుకుని అందులో మళ్ళీ తెల్ల బిళ్ళల దగ్గర నుంచి వేసుకోవడం మొదలుపెట్టాలి.

## నోటి మాత్రలు ఎంత కాలం వాడవచ్చు ?

నోటి మాత్రలు వరసగా 3 నుంచి 5 సంవత్సరాలు వాడవచ్చు. ఇంతకంటే ఎక్కువ కాలం కూడా వాడవచ్చు. అయితే కొన్ని చెడు ఫలితాలు కనబడే అవకాశం ఉంది. అందుకని డాక్టరు సలహా లేనిదే మూడు సంవత్సరాలకి మించి వాడటం మంచిది కాదు.

నోటి మాత్రలు వాడే త్రీలు ప్రతి 6 నెలలకి ఒకసారి వైద్యునిచేత రక్తపోటు చూపించుకోవడం, రక్తంలో సుగర్



శాతం ఎంత ఉన్నదీ పరీక్ష చేయించుకోవడం మంచిది. అంతేకాకుండా డాక్టరుచేత పి వి. (గర్భకోశం, ఇతర జన నేంద్రియాల పరీక్ష) చేయించుకోవడం మంచిది.

## నెలటి ఒకటి రెండు సార్లే కలసినా నోటి మాత్రలు నెలంతా వాడాలా ?

కొందరు దంపతులు ఉద్యోగరీత్యా దూరంగా ఉండి నెలలో రెండు మూడు రోజులే దాంపత్య సంబంధాలలో పాల్గొనడం జరుగుతూ ఉంటుంది. అటునంటివాళ్ళు అయినా నోటి మాత్రలు రోజూ వాడి తీరవలసిందే. అంతేగాని దాంపత్య సంబంధాలలో పాల్గొన్నప్పుడే నోటి మాత్రలు వాడితే సరిపోతుందని అనుకుంటే పొరబాటే అవుతుంది. రోజూ వాడకుండా కేవలం దాంపత్య సంబంధాలలో పాల్గొన్న రోజునే నోటి మాత్రలు వాడడంవల్ల గర్భం రాకుండా ఆగడం జరగదు.

## నోటి మాత్ర మిస్కొట్టితే...

నోటి మాత్ర రోజూ రాత్రి భోజనం అవగానే వేసుకోవడం మంచిది. అంతేగాని బెడ్ రూం లోకి వెళ్ళిన తరువాత వేసుకుందామంటే ఆ రోజుకే మిస్ కొట్టే ప్రమాదం ఉంది. ఒక వేళ ఒకరోజు మరచిపోతే ఉదయం లేవగానే ఆ విషయం గుర్తు తెచ్చుకుని టిఫెన్ తో రాత్రి మాత్రని వేసుకోవాలి. తిరిగి ఆ రోజు రాత్రి మామూలుగానే వేసుకో

వాలి. అంతేగాని ఉదయం వేసుకున్నాం కదా అని రాత్రి మానకూడదు. అలాగే ఈ రాత్రికి మా శ్రీవాసు లేరు కదా అని బద్ధకం వేసి మాత్రం వింగడం మానకూడదు.

ఒకవేళ మాత్రం వేసుకోవడం వరసగా రెండురోజులు మరచిపోతే మూడవరోజు ఉదయం ఒకటి, రాత్రి ఒకటి వాడటమే కాకుండా, ఇక ఆ రోజునంచి మాత్రం కోర్సు పూర్తి అయ్యేవరకు ఇతర కుటుంబనియంత్రణ పద్ధతులు కూడా పాటించడం అవసరం. ఇతర కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతులు అంటే యోనిలో పెట్టుకునే ఫోమ్స్, బిళ్ళలు, పురుషుడు సెరోడ్ వాడటం వంటివి. వరుసగా రెండురోజులు మాత్రం వాడుతున్న మధ్యకాలంలో మాత్రం వేసుకోవడం మరచిపోతే గర్భం రాకుండా ఇక ఆ నెలకి ఆ మాత్రం శక్తివంతంగా తోడ్పడలేకపోతాయి. అందుకనే వాటికి తోడు ఇతర కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతులు పాటించాలని సూచించేది.

## గర్భనిరోధక మాత్రాలు - అంగవైకల్యం

గర్భనిరోధక మాత్రాలు వాడిన స్త్రీలకి తరువాత సంతానం కలిగితే ఆ సంతానానికి అంగవైకల్యం వస్తుందేమోననే భయం కొందరిలో ఉంది. నోటిమాత్రాలు వాడడంవల్ల తరువాత వుట్టే బిడ్డకి అంగవైకల్యం రాదు. అలాగే నోటి మాత్రాలు వాడడంవల్ల సంతాన సాఫల్యత తగ్గిపోవడం జర

గదు. ఈ బిల్లులు వాడటం మానివేసిన 3 నెలల్లోనే నూటికి 98 మంది స్త్రీలలో అండం విడుదల మామూలుగానే జరుగుతుంది. గర్భం మామూలుగానే వస్తుంది. ఒకవేళ ఇది వరకు సరిగ్గా బహిష్టులు రాని స్త్రీలుగాని, అండం విడుదల నెలనెల రాని స్త్రీలుగాని ఉన్నట్లయితే నోటిమాత్రాలు కొన్ని నెలలు వాడినపుడు బహిష్టులు అయి పిమ్మట రెగ్యులర్ గా నెలనెలా రావడం, అండం విడుదల సక్రమంగా అవడం కూడా జరుగుతుంది.

ఎక్కడో కొందరిలో ఈ బిల్లులు వాడడంవల్ల కొద్ది పాటి చెడు ఫలితాలు కనబడతాయి. కొద్దిగానో, కొంత ఎక్కువగానో బాధలు కనబరిచేవాళ్ళు 5-15 మంది ఉంటారు. వీళ్ళు కూడా మాత్రలు మ్రింగడం మానివేసిన తరువాత మామూలు అయిపోతారు.

ప్రపంచం మొత్తం మీద 50 మిలియన్లకి పైగా స్త్రీలు గర్భనిరోధక నోటిమాత్రాలు రెగ్యులర్ గా వాడుతున్నారు. మన దేశంలో స్త్రీలు నోటిమాత్రాల వాడకం కష్టయంలో అంత ఆసక్తి చూపించడం లేదు. ముఖ్యంగా గ్రామీణ స్త్రీలు ఇందుకు ముందుకు రావడంలేదు. దానికి కారణం సరైన విద్య, విజ్ఞానం లేకపోవడమే.

నోటిమాత్రాలు వాడే స్త్రీలకి గర్భం రావడం అరుదు. ఈ బిల్లులు వాడే స్త్రీలలో 1-2 శాతం మందిలో గర్భం రావడం జరుగుతూ ఉంటుంది.



## 4. కడుపురాకుండా కాపాడేవిళ్ళ“టుడే”

రేవతికి ఇటీవలే వివాహమైంది. అప్పుడే పిల్లలు వద్ద నుకుంది. కాని ఏం చేయాలో తెలియలేదు. ఒకసారి డాక్టరు దగ్గరకు వెళ్ళి డాక్టర్, నాకు ఇటీవలనే వివాహమైంది. నేనూ, మా వామా ఇద్దరం ఉద్యోగాలు చేస్తున్నాం. వారొక ఊరులో ఉద్యోగం చేస్తూ వుంటే నేను మరొక ఊరులో, అందుకని మేమిద్దరం రతిలో పాల్గొనగలిగేది నెలకి ఏ మూడు నాలుగు రోజులు మాత్రమే. ఇద్దరం చెరోక ఊరులో వుండడం, ఉద్యోగం చేస్తూ వుండడం వల్ల గర్భం రాకూడదని అనుకున్నాం. అందుకని వారు ఇక్కడికి వచ్చి నప్పడు నిరోధ్ వాడుతున్నారు. మరి పారికి చేతకాకపోవడంవల్లనో, మరెందుకనో సరిగ్గా కుదరడం లేదు. తరచుగా జారిపోతుంది. పైగా నిరోధ్ వల్ల తృప్తి వుండడంలేదని తీసి ప్రక్కన పడేస్తారు. అలా చేస్తే కడుపు వస్తుందేమో నని భయం కలుగుతూ వుంటుంది. సరే వారు నిరోధ్ వాడకుండా నేనే కడుపు రాకుండా మాత్రలు వేసుకుందామని అనుకున్నాను. రోజూ రతిలో పాల్గొన్నా పాల్గొనకపోయినా నెలకి ఒకటి, రెండుసార్లే కడుపు రాకుండా బిళ్ళలు మాత్రం రోజూ తప్పనిసరిగా వేసుకోవాలి కదా. అలాగేనని వేసుకో

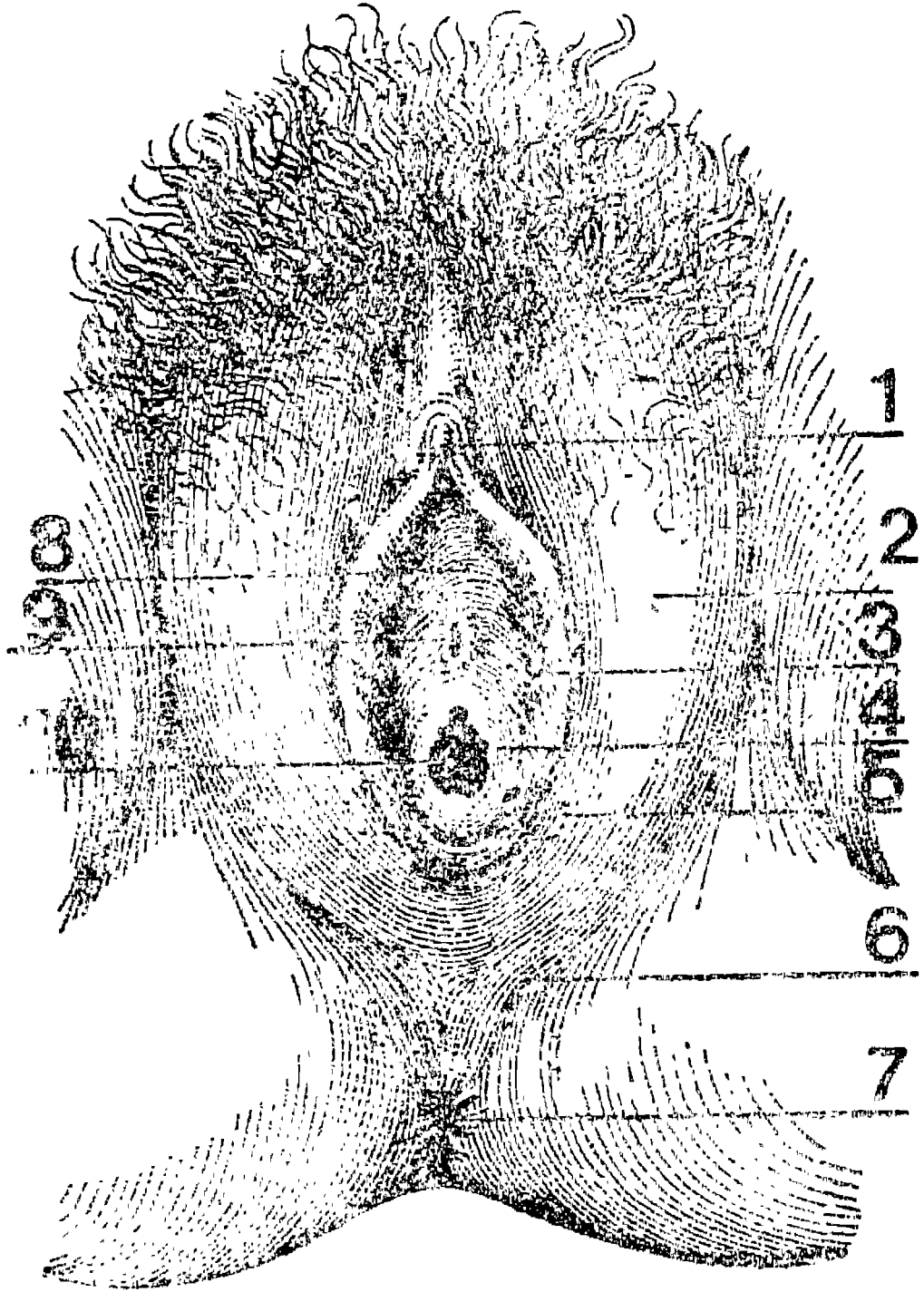
వడం మొదలు పెట్టాను. కాని అది కడుపులో త్రిప్పుతుంటే ఒక నెల కూడా పూర్తిగా వాడకుండా మధ్యలోనే మాని వేశాను. ఇలాంటి పరిస్థితివల్ల రెండు మూడు రోజులే రతిలో పాల్గొన్నా ఆనందం లేకుండా భయం భయంగా పాల్గొన వలసి వస్తోంది. అందుకని నాకొక సలహా కావాలి. నాకు గాని, మా వారికిగాని ఇబ్బంది లేకుండా, ఇద్దరం కలుసుకు న్నప్పుడే వాడే బిళ్ళలు ఏవో తెలియజేయండి. అవి వాడుతూ హాయిగా వుంటూ ఇంకో రెండు సంవత్సరాలు గర్భం రాకుండా కాపాడుకుంటాం. నా మాససిక వేదనని అర్థం చేసుకోండి" అంటూ తన మాససిక వేదనని వ్యక్త పరిచింది.

ఎప్పుడో ఒకసారి రతిలో పాల్గొంటూ గర్భం రాకుండా జాగ్రత్త పడాలంటే "బుడే" వజ్రై నల్ పెసరే బాగా ఉప యోగపడుతుంది. వజ్రై నల్ పెసరే అంటే యోనిలోపలికి వాడే బిళ్ళ. "బుడే" బిళ్ళ గర్భం రాకుండా నిర్భయంగా వాడవచ్చు. దంపతులు రతిలో పాల్గొనడానికి పది నిమిషాల ముందు ఒక బిళ్ళని యోని లోపలికి పెట్టుకోవాలి. ప్రేలుద్వారా పూర్తిగా లోపలికి పోయేటట్లు నెట్టుకోవడం అవసరం. యోని లోపలికి ప్రవేశపెట్టుకున్న ఈ బిళ్ళ 10 నిమిషాల్లో కరిగిపోతుంది. ఇలా కరిగిపోయిన బిళ్ళ గర్భం రాకుండా వీర్యకణాలని నిర్మూలిస్తుంది. అయితే ఈ బిళ్ళ గంటనేపే పనిచేస్తుంది. గంట తరువాత మళ్ళీ రతిలో పాల్గొ

నాలంటే మరొక బిళ్ళని యోనిలోకి ప్రవేశపెట్టాలి. అయితే ఒకటి గుర్తుంచుకోవాలి. యోనిలోకి బిళ్ళని ప్రవేశపెట్టుకున్న తరువాత 10 నిమిషాల వరకు రతిలో పాల్గొనకుండా ఆగాలి. యోనిలోకి ప్రవేశపెట్టుకునే ఈ బిళ్ళవల్ల యోనిలో మంటగాని మరో బాధగాని వుండదు. బిళ్ళ వెంటనే కరిగి పోతుంది కనుక రతికి ఎటువంటి ఆటంకం వుండదు. శ్రీకిగాని, పురుషునికి గాని ఎటువంటి అనారోగ్యం కలగదు. ఈ బిళ్ళలు ఎంతకాలం ఉపయోగించినా శవ్వం కలగదు. ఏ వయస్సుకి చెందిన శ్రీలై నా ఉపయోగించవచ్చు. అయితే ఆ బిళ్ళ పనిచేసేది గంటసేపే అనేది గుర్తు వుంచుకోవాలి. ఒకవేళ ఒకేరోజున మూడు నాలుగుసార్లు రతిలో పాల్గొంటే అన్ని సార్లు ఒక్కొక్క బిళ్ళని యోనిలో పెట్టుకోవాలి. ఇది మింగే బిళ్ళ కాదు కనుక కడుపులో వికారం వంటి బాధలు వుండవు.

★ ★ ★

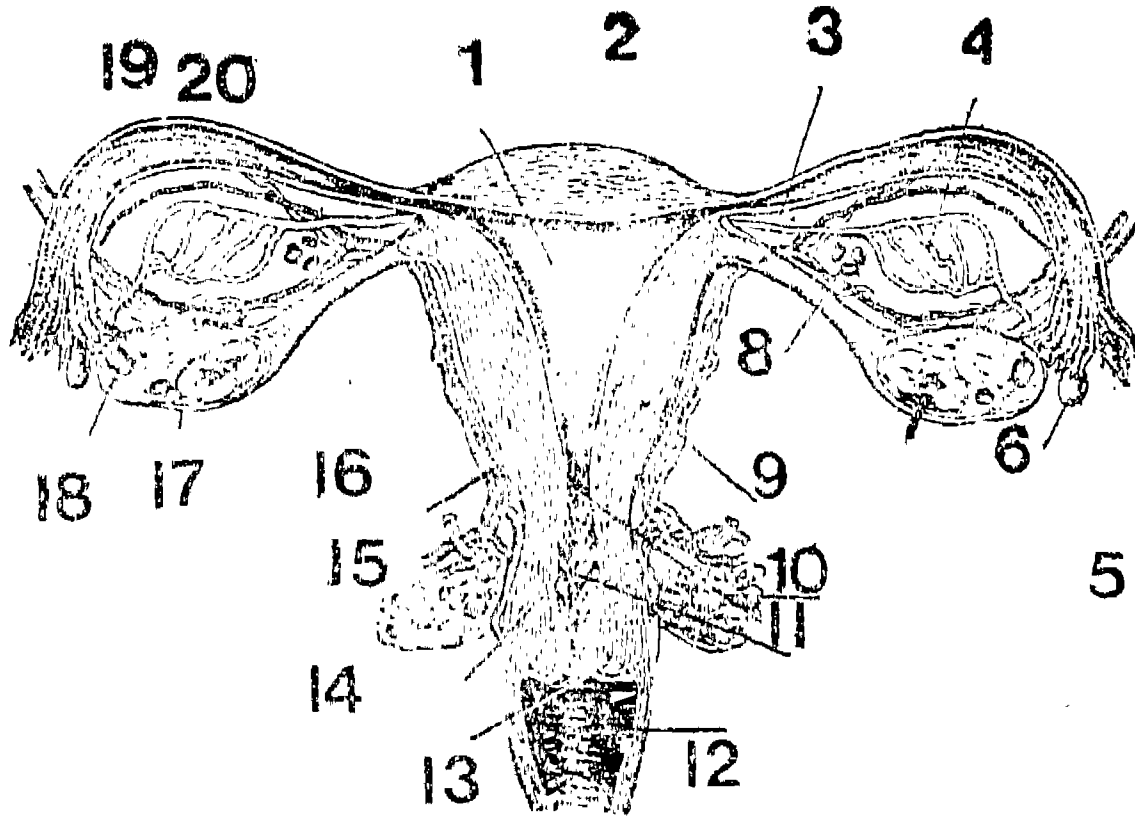
# శ్రీ బాహ్య జననేంద్రియాలు



1. యోని శీర్షం 2. బాహ్యధరాలు 3. అంతరాధరాలు 4. కన్నె పొర 5. బార్థోలియన్ గ్రంథి 6. యోని ద్వారం క్రింది భాగం 7. మల ద్వారం 8. వెస్టిబ్యూలు 9. మూత్ర ద్వారం 10. యోని ద్వారం



# శ్రీ అంతర్ జననేంద్రియాలు



1. గర్భాశయం తోపలిభాగం
2. గర్భాశయం పై భాగం
3. గార్టినెక్స్ డక్ట్
4. రక్తనాళాలు
5. అండవాహికల చివరి భాగం
6. మోర్గాగని గ్లాండు
7. అండాశయంలో అండం తయారైన భాగం
8. సెరూఫోరాన్
9. గర్భాశయం గోడలోని కండరాలు
10. గర్భాశయ కంఠం తోపలి ద్వారం
11. గర్భాశయ కంఠంలోని మార్గం
12. యోనిమార్గం
13. గర్భాశయ కంఠం బయటిద్వారం
14. గర్భాశయ కంఠం
15. గర్భాశయానికి రక్తనాళాలు
16. అండాశయం లిగమెంట్లు
17. అండాశయం
18. అండాశయంలో అండం తయారై
19. అండవాహికలో వెడల్పుయిన భాగం
20. అండాశయం రక్తనాళాలు.

## 5. లూప్

గర్భాశయంలోకి సంతాననిరోధక సాధనాన్ని ప్రవేశ పెట్టి గర్భం రాకుండా చేసే పద్ధతి దాదాపు 2000 సంవత్సరాల నుంచి అమలులో ఉంది. ప్రాచీన గ్రీకు వైద్య పితా మహుడు హిప్పోక్రాట్ తన వైద్య పద్ధతిలో లూప్ వంటి సాధనం గురించి వివరించారు కూడా. శతాబ్దాల పాటు అరబిక్, తుర్కిష్ వ్యాపారులు తమ ఒంటెల విషయంలో లూప్ వంటి గర్భనిరోధక పద్ధతి అవలంబించారు. ఒంటెల మీద సామాను వేసుకొని నెలల తరబడి ఎడారుల గుండా పోయేటప్పుడు ఒంటెలు గర్భం ధరించకుండా గర్భాశయంలోకి గులకరాళ్ళు ప్రవేశపెట్టేవాళ్ళు. ఈ విధంగా లూప్ వంటి ఉద్దేశ్యం మానవునికి వనాటినుంచో ఉంది.

ఈ శతాబ్దం ప్రారంభంలో 1929లో జర్మన్ దేశంలో గ్రీఫెన్ బెర్గ్ అనే శాస్త్రజ్ఞుడు సంతాన నిరోధక సాధనంగా లూప్ వంటి సాధనాన్ని రూపొందించాడు దానినే గ్రీఫెన్ బెర్గ్ సిల్వర్ రింగ్ అనేవారు. 1959 సంవత్సరం వరకు గ్రీఫెన్ బెర్గ్ రూపొందించిన లూప్ వంటి ఈ సాధనం అనేక రూపాంతరాలు చెందుతూ ప్రచారంలో ఉంది. 1962 నుంచి లూప్ మరింత క్రొత్తగా రూపం దిద్దుకొని విస్తృతంగా ప్రచారంలోకి వచ్చింది.

లూప్ నే “ఇంట్రాయుటైరెన్ కాంట్రాస్టెబ్ల డివైజ్” అని అంటారు. ఐ. యు. సి. డి. అన్నా, ఐ. యు. డి అన్నా లూప్ వంటి గర్భనిరోధక సాధనాన్నే.

## లూప్ లో రకాలు

ఈనాడు భారతదేశంలో రెండు రకాల లూప్ లు - ఐ. యు. సి. డి - వాడుకలో ఉన్నాయి.

1. ఔషధ రహిత (అన్ మెడికేటెడ్) లూప్.

2. ఔషధ పూరిత (మెడికేటెడ్) లూప్

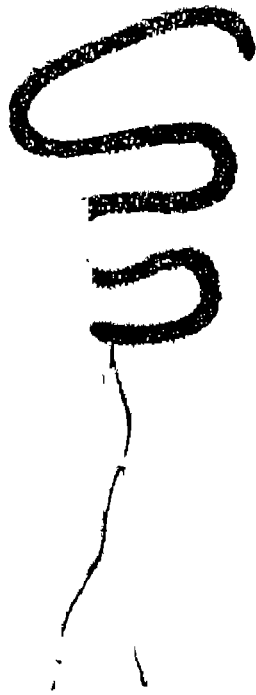
మళ్ళీ ఔషధ రహిత లూప్ లో రెండు రకాలు వాడుకలో ఉన్నాయి. అందులో ఒకటి లిప్స్ వీన్ లూప్. రెండవది - సూన్ వాలా లూప్.

ఇక ఔషధపూరిత లూప్ లో “కాపర్ - టి”, “మల్టీ లోడ్ కాపర్ 250” లూప్ లు ఎక్కువ ప్రచారంలో ఉన్నాయి.

భారతదేశంలో లిప్స్ వీన్ లూప్ లు తయారు చేయబడు తున్నాయి. “కాపర్ - టి 205” లూప్ లు విదేశాల నుంచి దిగుమతి చేయబడి ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో వాడబడుతున్నాయి. “మల్టీలోడ్ సి. యు 250” లూప్ లు మార్కెట్టులో కొనడానికి అభ్యుపయోగతాయి. “మల్టీలోడ్ సి యు 250” లూప్ ఖరీదు వందరూపాయలకు పైగా ఉంటుంది. కాపర్ టి లూప్ ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులలో ఉచితంగా వేస్తారు.

## లిప్ప్స్ లూప్

లిప్ప్స్ లూప్ని న్యూయార్క్ లో డాక్టర్ జాక్ లిప్ప్స్ రూపొందించారు. ఇది ఇప్పుడు మన దేశంలోనే ఉత్పత్తి చేయబడుతోంది.



లిప్ప్స్ లూప్

లిప్ప్స్ లూప్ లో నాలుగు సైజులు ఉన్నాయి. 25 మిల్లీ మీటర్ల పరిమాణం కలిగి నీలం రంగు దారాలు ఉన్నది.

2] 2. 75 మిల్లీ మీటర్ల పరిమాణం కలిగి నల్ల దారాలు ఉన్నది. 3- 30 మిల్లీ మీటర్ల పరిమాణం కలిగి పసుపు దారాలు ఉన్నది. 4- 30 మిల్లీ మీటర్ల పరిమాణం కలిగి తెల్ల దారాలు ఉన్నది.

25 మిల్లీ మీటర్ల పరిమాణం కలిగి నీలంరంగు దారాలు ఉన్న లూప్ని సంతానం కలగని స్త్రీలకి వేస్తారు. మిగిలిన

మూడు సైజులు కల లూప్లని సంతానం కలిగిన స్త్రీలకి వేస్తారు.

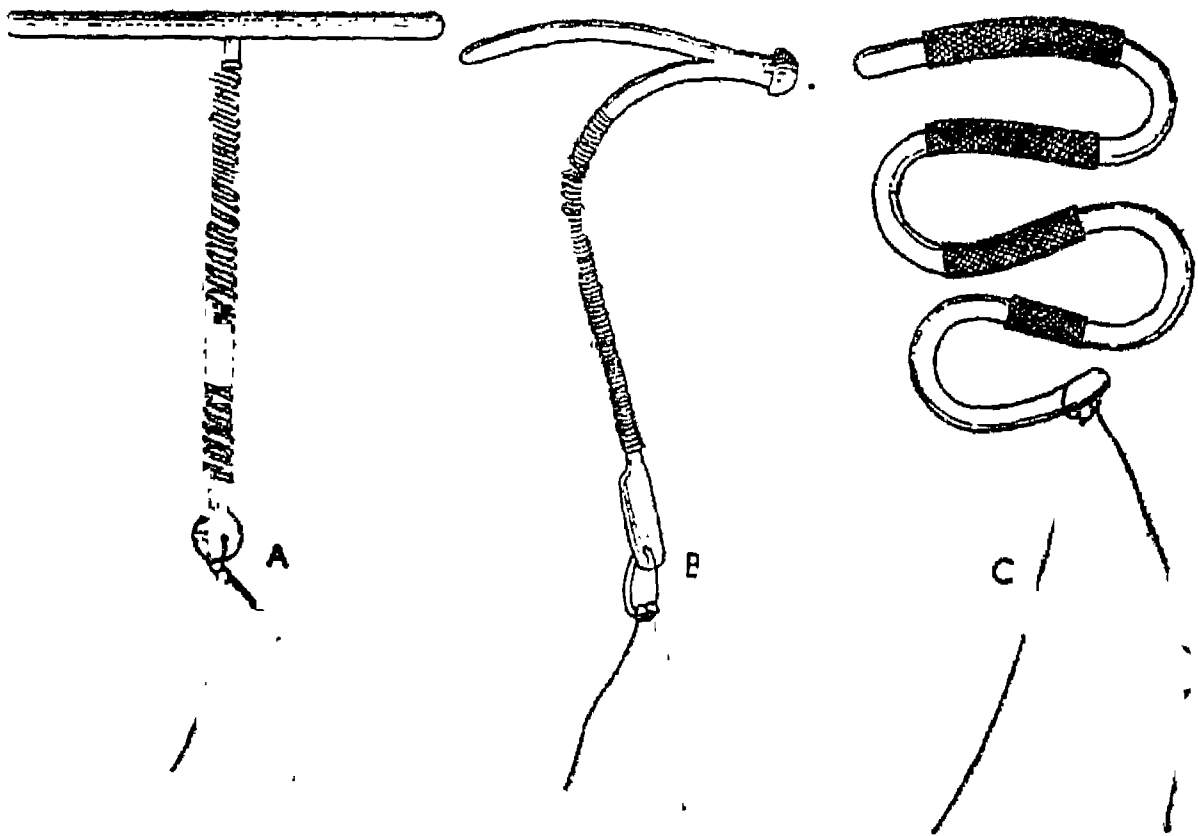
లిప్స్విన్ లూప్ని బేరియం సల్ఫేట్ కల ప్లాస్టిక్ (పాలీ ఎథిలిన్)తో తయారు చేస్తారు. దీని చివరన నైలాన్ దారాలు రెండు ఉంటాయి. లూప్ని గర్భాశయం నుంచి తీసి వేయాలనుకున్నప్పుడు ఈ దారాలను పట్టుకుని లాగి వేస్తే బయటకు వచ్చి వేస్తుంది. లూప్ గర్భాశయం లోపల ఉన్నప్పటికీ నైలాన్ కొసలు యోనిలో ఉంటాయి. దారాలు అలా ఉన్నా అవి సంయోగానికి ఎటువంటి ఇబ్బందికరంగా అనిపించవు.

బేషధరహిత లూప్లలో “సాఫ్ట్ టి” కూడా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా వాడబడుతోంది. చైనాలో స్టీల్ రింగ్ వాడబడుతోంది.

## బేషధపూరిత లూప్

బేషధ రహిత లూప్లు గర్భాశయంలో వాటి కదలికలవల్ల పిండం నెలబడకుండా చేస్తే బేషధ పూరిత లూప్లు వాటిలో ఉన్న బేషధాల వల్ల మరింత ఎక్కువ ప్రయోజకరంగా పని చేస్తాయి.

బేషధపూరిత లూప్లకి ప్రధానంగా రాగి (కాపర్) వాడబడుతుంది. కాపర్ టి లూప్ అంటే ఇంగ్లీషు అక్షరం ‘టి’ రూపంలో ఉన్న ప్లాస్టిక్ సాధనానికి రాగి తీగ చుట్టబడి ఉండటం.



కాపర్-టి లూప్

కాపర్ సెవన్  
లూప్

కాజర్ లూప్

కాపర్-టి లూప్‌లలో కొన్నింటికి 200 లేదా 220 లేదా 250 స్క్వేర్ మిల్లీ మీటర్ల రాగి తీగ చుట్టబడి ఉంటుంది. లూప్ తోక భాగాన్న, అసగా దిగువ భాగాన్ని రెండు కొసలుగా నైలాన్ దారం ముడి వేసి ఉంటుంది.

### లూప్‌లని భద్రపరచడం ఎలా ?

లూప్‌లని రోగక్రిముల నుంచి రక్షణ కలిగించి, పరిశుభ్రమైన రీతిలో గర్భాశయంలో ప్రవేశ పెట్టవలసి ఉంది.

లిప్స్ లూప్‌లగాని, దానిని గర్భాశయంలోకి ప్రవేశ పెట్టే సాధనాన్ని గాని క్రిముల నిర్మూలనకొరకు వేడినీళ్ళలో మరిగించడం, వేడిగా ఉండే ఆటోక్లేవ్‌లోగాని ఉంచడం చేయకూడదు. అలా చేయడం వల్ల అవి పాడైపోతాయి.



గర్భాశయంలోకి లూప్ ని ప్రవేశపెట్టు సాధనము

లూప్ ని వేయడానికి ముందు లిప్పీస్ లూప్ ని, దాన్ని లోపలకు ప్రవేశపెట్టే సాధనాన్ని అప్లికేటర్ యాక్వసెస్ ఐడిన్ 12:500 చ్రావకంలోగాని, 75 శాతం ఐసోప్రాపైల్ ఆల్కహాల్ లోగాని, శావలాన్ సల్యూషన్ లోగాని ఉంచాలి అలా ఉంచడంతో లూప్ కి, అప్లికేటర్ కి అంటుకుని ఉన్న వ్యాధిక్రిములు పూర్తిగా నిర్మూలంపబడతాయి.

కాపర్ టి లూప్ గాని, మల్టీ లోడ్ సి యు 250 లూప్ గాని క్రిముల నుంచి పూర్తి రక్షణ ఉన్న ప్యాక్ లో భద్రపరచి ఉండటం జరుగుతుంది కనుక వాటిని వేయడానికి ముందు వేరే శుభ్రపరచవలసిన అవసరం లేదు.

**గర్భాశయంలోకి లిప్పీస్ లూప్ ని వేయడం ఎలా?**

లూప్ ని వేయించుకునే ముందు ఆ స్త్రీ పూర్తిగా మూత్రవిసర్జన చేసి ఉండాలి. లూప్ వేయడానికి వీలుగా బల్లమీద వెల్లకిలా పడుకుని కాళ్ళు రెండూ మోకాళ్ళ దగ్గర ముడుచుకుని ఎత్తిపెట్టి ఉంచాలి. లూప్ వేసే ముందు

హెల్త్ వర్క్సుగాని, వైద్యుడుగాని శుభమైన గ్లవ్స్ తో మర్మావయాల లోపల ఊణంగా పరీక్ష చేయాలి. గర్భిణీ లేదని, గర్భాశయానికి గడ్డలుగాని, వుళ్ళుగాని లేవని నిర్ధారణ చేసుకోవాలి.

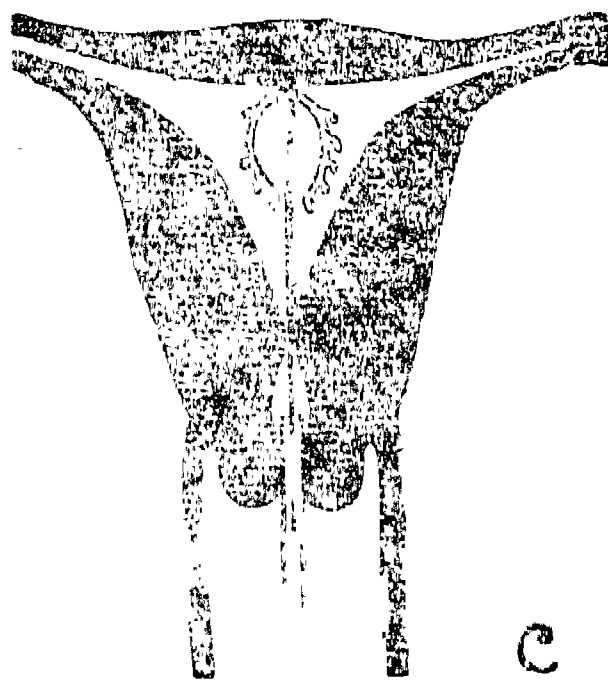
అటు పిమ్మట లూప్ వేయడానికి వలసెల్లంతో గర్భాశయ కంఠాన్ని సెర్విక్స్ పట్టుకొని కాస్త ముందుకు లాగాలి. ఆ తర్వాత యుటిరైన్ సాండుతో గర్భాశయం ఎంత పరిమాణంలో ఉందో కొలత చూడాలి.

తరువాత అప్లి కేటర్ లోకి లూప్ ని దూర్చి ఆ అప్లి కేటర్ ని గర్భాశయ కంఠం ద్వారా గర్భాశయంలోకి ప్రవేశ పెట్టాలి. తరువాత అప్లి కేటర్ లో ఉన్న లూప్ ని గర్భాశయంలోకి నెట్టాలి. ఆ తరువాత అప్లి కేటర్ ని తీసివేయాలి. అప్లి కేటర్ ని తీసివేసిన తరువాత లూప్ కి కట్టబడిన నై లాన్ దారాలు యోని లోపల ప్రవేశించుతూ కనబడతాయి. ఈ దారాలు మరీ పొడవు ఉంటే రెండు మూడు సెంటీమీటర్ల పొడవు ఉంచి తక్కిన పొడవుని కత్తిరించి వేయాలి.

లూప్ వేసిన తరువాత 15-20 నిమిషాలు విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. లూప్ వేయడానికి ఎటువంటి మత్తు ఇవ్వనవసరంలేదు అతిగా భయపడి ఎంతో నెర్వస్ గా ఉండే వాళ్ళకి కొందరికి పూర్తి మత్తు ఇచ్చి లూప్ వేయవలసి వస్తుంది.

లూప్ వేయడానికి అప్లి కేటరు గర్భాశయ కంఠం





గర్భాశయంలో లూప్

ద్వారా లోపలికి వెళ్ళడానికి ఇబ్బందిగా ఉంటే సెర్వైస్ కల్ డై లేటార్స్ ద్వారా కొద్దిగా నెడల్పు చేయవలసి ఉంటుంది.

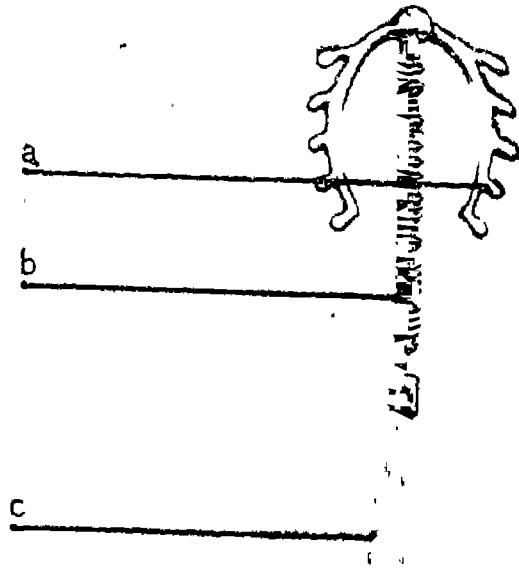
## కాపర్-టి లూప్ వేయడం ఎలా ?

1969లో జపాన్ లోనే శాస్త్రవేత్త చిలీలో కాపర్-టి లూప్ ని రూపొందించి విస్తృత ప్రచారంలోకి తీసుకుని వచ్చాడు. “కాపర్-టి 200” లూప్లు పరిశుభ్రమైన ప్యాకెట్లలో లభ్యమవుతాయి. ప్రతి ఒక్క కాపర్-టి లూప్ కి 120 మిల్లీగ్రాముల రాగి తీగ చుట్టబడి ఉంటుంది. ఈ రాగి తీగ లూప్ కి పొడుగుగా ఉండే భాగానికి చుట్టబడి ఉంటుంది.

రాగి వైరు మొత్తం 208 స్క్వార్ మిల్లీమీటర్లు

విస్తరించి ఉంటుంది. కాపర్-టి (Copper-T) లూప్ గర్భకోశంలో ప్రవేశపెట్టేటప్పుడు 'T' తలభాగం గర్భకోశం పై వైపుకి, T కింది భాగం గర్భకోశం కింది వైపుకి ఉండేట్లు చూడడం జరుగుతుంది. అప్లికేటరు ద్వారా కాపర్-టి లూప్ని గర్భాశయంలోకి ప్రవేశపెట్టడం జరుగుతుంది.

## మల్టీలోడ్ సి యు 250 లూప్



- తేలికగా వంగే లూప్ భుజములు (Flexible plastic arms)
- లూప్కి నిలువుగా ఉన్న ప్లాస్టిక్ భాగము దీనికి కాపర్ తీగ చుట్టబడి ఉంటుంది.
- లూప్ చివర ముడివేయబడిన నైలాన్ దారాలు

మల్టీలోడ్ సి యు 250 లూప్ని ఆర్గనాన్ ఫార్మాస్యూటికల్ కంపెనీ మార్కెట్లో ప్రవేశ పెట్టింది. ఇది కే. 6 సెంటీ మీటర్లు పొడవు ఉండే ప్లాస్టిక్ సాధనం. దీనికి

అగ్రభాగాన వంకర తిరిగి ఉండే రెండు ప్లాస్టిక్ కొమ్మలు ఉంటాయి.

ఈ లూప్ కి క్రిందిభాగంలో రెండు నైలాన్ దారాలు ముడివేయబడి ఉంటాయి. మల్టీలోడ్ సి యు 250 లూప్ కి సంబంధించి ప్లాస్టిక్ రాడ్ కి 27 సెంటీమీటర్లు రాగి వైరు చుట్టబడి ఉంటుంది. ఈ రాగి వైరు మొత్తం 250 స్క్వేర్ మిల్లీమీటర్ల వై శాల్యాన్ని ఆక్రమించి ఉంటుంది. కాపర్ (రాగి) 250 స్క్వేర్ మిల్లీమీటర్ల వై శాల్యం ఆక్రమించి ఉంటుంది కనుక ఈ లూప్ ని 'మల్టీలోడ్ సి యు 250' అంటారు. 'సి యు' అంటే కాపర్ (రాగి).

'మల్టీలోడ్ సి యు 250' లూప్ స్టెరైలైజ్డ్ ప్యాక్ లో లభ్యమవుతుంది. అందుకని దీనిని గర్భకోశంలో ప్రవేశ పెట్టే ముందు ప్రత్యేకంగా శుభ్రపరచవలసిన అవసరం లేదు. ఈ లూప్ తోనే అస్తి కేటర్ కూడా ఇవ్వబడుతుంది. అది కూడా శుభ్రపరిచే ఉంటుంది. తక్కిన లూప్ ల్లాగానే ఈ లూప్ కూడా గర్భకోశంలోకి ప్రవేశ పెట్టడం జరుగుతుంది.

## లూప్ ని తీసివేయడం ఎలా?

కాపర్ - టి లూప్ నిగాని, మల్టీలోడ్ సి యు 250 లూప్ ని గాని తీసివేయాలనుకున్నప్పుడు గర్భాశయ కంఠం నుండి యోనిలోకి ప్రవేశించు కనబడే నైలాన్ దారాలని

రెండింటిని పట్టుకుని నిదానంగా లాగితే లూప్ గర్భాశయంలోనుంచి బయటకు వచ్చి వేస్తుంది. లూప్ ని లాగివేయడం చాలా సులువు. అరుదుగా కొందరికి దారాలు వచ్చేసి లూప్ అసలు భాగం గర్భాశయం లోపలే ఉండిపోతుంది. అటువంటప్పుడు ముత్తు ఇచ్చి గర్భాశయ కంఠాన్ని కాస్త వెడల్పు చేసి దానిని తీసివేయవలసి వస్తుంది.

లూప్ ని ఎవరిమట్టుకు వారు వేసుకోవచ్చా ?  
తీసేసుకోవచ్చా ?

లూప్ ని ఎవరి మట్టుకు వారు వేసుకోవడం, తీసేసుకోవడం కుదరదు. డాక్టరు అందుబాటులో ఉంటే డాక్టరే లూప్ వేస్తారు. అవసరం లేదనుకున్నప్పుడు డాక్టరే తీసేస్తారు. డాక్టరు అందుబాటులో లేకపోయినా కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతుల్లో శిక్షణ ఇచ్చిన మిడ్ వైవ్స్, నర్సులు, శిక్షణ పొందిన కుటుంబనియంత్రణ కార్యకర్తలు లూప్ వేయడం తీయడం చేస్తారు.

లూప్ ఎప్పుడు వేయాలి ?

(స్త్రీ) బహిష్టు అయిన తరువాత వారం రోజుల లోపు లూప్ వేయాలి. లూప్ వేయించేలోగా దంపతులు దాంపత్య సంబంధాలలో శాల్గొనకుండా ఉండటం మంచిది.

లూప్ ఎప్పుడు పడితే అప్పుడు వేయకూడదు. నెల మధ్యలో వేసి నట్లయితే గర్భం ఉండవచ్చు. అటువంటిప్పుడు లూప్ వేయడంవల్ల ఫలితం ఉండదు. లేదా లూప్ వేయడం వల్ల గర్భస్రావం జరగవచ్చు. దాంపత్య సంబంధాలలో అసలు పాల్గొనకుండా ఉంటే బహిష్టుకి మధ్య కాలంలో ఎప్పుడైతే నా లూప్ వేయవచ్చు.

కొందరికి మామూలు దినాల్లో గర్భాశయ కంఠ ద్వారం (సెర్వైకల్ కెనాల్) బిగుతుగా ఉండి లూప్ వేయడానికి అప్లి కేటర్ దూరదు. అదే స్త్రీ బహిష్టు ఉన్న సమయంలో అయితే సెర్వైకల్ కెనాల్ వదులుగా ఉంటుంది. దానితో అప్లి కేటరు తేలికగా గర్భాశయంలోకి ప్రవేశిస్తుంది. అంతకు ముందుగా లూప్ వేయడానికి, లూప్ వేయించుకునే స్త్రీకి శాధ తేకుండా ఉండటానికి లూప్ ని బహిష్టు ఉన్న సమయంలో వేయడం మంచిది. బహిష్టు సమయంలో లూప్ వేయడం వల్ల అది జారిపోవడం జరగదు.

## కాన్పు అయిన తరువాత లూప్

కాన్పు అయిన తరువాత ఆరు నా రాలకి లూప్ వేయవచ్చు. మరీ అననం అనకుండా కాన్పు అవగానే ఆ స్త్రీ డెలివరీ రూల్ నుంచి విరమించానే లూప్ వేయవచ్చు లేదా ఆసుపత్రి నుంచి డిశ్చార్జ్ అవుతున్నప్పుడు వేసి కుంపవచ్చు. గర్భస్రావం జరిగిన తరువాత లూప్ వెంటనే

వేయవచ్చు. అంతేగాని కాన్పు లాగా ఆరువారాలు ఆగన వసరం లేదు.

ఏ సమయంలో లూప్ వేసినా ఆ (స్త్రీ)ని కొంతసేపు పడుకుని ఉండమని చెప్పడం మంచిది.

## లూప్ వేయించుకున్న తరువాత మళ్ళీ డాక్టరుకి కనబడాలా ?

లూప్ వేయించుకున్న తరువాత ఏమైనా తేడా ఉంటే వెంటనే డాక్టరుకి చూపించుకోవాలి. ఎటువంటి బాధ లేని పక్షంలో మూడు నెలలు గడచిన తరువాత డాక్టరుచేత సాధారణపరీక్ష చేయించుకుని లూప్ ఏ పరిస్థితుల్లో ఉన్నదో తెలుసుకోవడం అవసరం. అటు తరువాత సంవత్సరానికి ఒకసారి చూపించుకోవడం అవసరం.

## లూప్ ఎంత కాలం ఉంచుకోవచ్చు ?

లిప్స్ లూప్ని ఎన్ని సంవత్సరాలైనా ఉంచుకోవచ్చు. కాని ప్రతి రెండు మూడు సంవత్సరాలకొకసారి అయినా పాత దానిని తీసివేసి కొత్తది వేయించుకోవడం మంచిది. ఎందుకంటే లూప్ కొంతకాలంపాటు గర్భాశయంలో ఉన్న తరువాత అది గర్భాశయం లోపలి పొరల్లో పాతుకునిపోయే ప్రమాదం ఉంది దానివల్ల లూప్ వేయించుకున్నా ప్రయోజనం ఉండదు. వీరిలో లూప్ ఉన్న గర్భం పచ్చే అవకాశం వుంది.

కాపర్-టి లూప్ నిగాని, మల్టీలోడ్ సి యు 250 లూప్ నిగాని రెండు-మూడు సంవత్సరాలకి ఒకసారి పాతది తీసివేసి కొత్తది వేయడం అవసరం. ఎందుకంటే ఈ లూప్లు బొంబధ పూరితమైనవి. 3 సంవత్సరాలు గడిచే సరికి ఈ బొంబధం తన ప్రభావాన్ని కోల్పోతుంది. కాపర్ టి లూప్ లోగాని, మల్టీ లోడ్ సి యు 250 లూప్ లోగాని ఉండే బొంబధం కాపర్ రాగి. ఈ కాపర్ రోజుకి 5% నుంచి 64 మైక్రోగ్రాములు తరిగిపోతూ ఉంటుంది. వీటికి సంబంధించిన కాపర్ తరిగిపోయిన తరువాత గర్భనిరోధం జరగదు.

కాపర్-టి లూప్ ని ప్రతి మూడు సంవత్సరాలకి, ఒకసారి తీసినయాలి మల్టీ లోడ్ సి యు 250 లూప్ ని ప్రతి రెండు సంవత్సరాలకి ఒకసారి తీసి వేయాలి. పాత లూప్ తీసి వేంటనే కొత్త లూప్ వేయవచ్చు.

## లూప్ ఎవరు వేయించుకోకూడదు ?

గర్భిణి లూప్ వేయించుకోకూడదు. అలాగే గర్భాశయంగాని, అండ నాసికలుగాని వాచి ఉన్నప్పుడు లూప్ వేయించుకోకూడదు. యోనిలో వ్యాధి వున్నా, గర్భాశయ కంఠానికి వుండు ఉన్నా, గర్భాశయంలో ఫైబ్రాయిడ్స్ (గడ్డలు) ఉన్నా, అత్యధికంగా బహిష్టు స్రావం అవుతున్నా లూప్ వేయించుకోకూడదు. అలాగే ఆపరే

షను చేయించుకున్న స్త్రీకి ఆప రేషను చేయించుకున్న భాగం చాలా బలహీనంగా ఉన్నా లూప్ మంచిది కాదు.

**పెళ్లి కాగానే లూప్ వేయించుకోవచ్చా?**

పెళ్లి కాగానే కొందరు దాంపత్య సంబంధాలలో పాల్గొనక ముందే లూప్ వేయించుకోవాలనుకుంటారు. అలా వేయడం మంచిది కాదు. ఒకవేళ లూప్ వేయడం తప్పని సరి అయితే పూర్తి మరియు ఇచ్చి వేయవలసి ఉంటుంది.

క్రొత్తగా పెళ్లి అయినవాళ్ళు వెంటనే గర్భం వద్ద నుకున్నప్పుడు కొంతకాలంపాటు తక్కిన కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతులు అవలంబించిన తరువాత లూప్ వేయించుకోవడం మంచిది.

ఒక్క బిడ్డ కూడా కలగకుండా లూప్ వేయించుకోవడానికి కొందరు డాక్టర్లు అంతగా ప్రోత్సహించరు. ఎందుకంటే అరుదుగానే నా ఎవరికో ఒకరికి గర్భకోశం, అండవాహికలు లూప్ వల్ల వాచే అవకాశం ఉంది. దానివల్ల వారిలో సంతానం కలిగే అవకాశాలు నష్టపెట్టుతాయి. ఆ ఉద్దేశ్యంతోనే అంతగా అవసరం అనుకుంటే తప్ప సంతానం లేకుండా లూప్ వేయించుకోవద్దని అంటారు.

**లూప్ గర్భం రాకుండా ఎలా నిరోధిస్తుంది?**

లూప్ ఏ విధంగా గర్భం రానడాన్ని నిరోధిస్తుందనే విషయము ఇంకా స్పష్టమైన శాస్త్రీయ వివరాలు లేదు.



ఇంతవరకు అపగ్రహం చేసుకున్న దాని బట్టి లూప్ గర్భాశయ కండరాలని, అండవాహికలని ఎక్కువగా ఉత్తేజపరచి కండర సంకోచం ఎక్కువ జరిగేట్లు చేస్తుంది. అండవాహికలలో వీర్యకణాలు అండంతో కలయిక పొంది తరువాత అక్కడనుంచి గర్భాశయంలోకి చేరడం జరుగుతుంది. అయితే లూప్ వేయించుకున్న వారిలో వీర్యకణాలు కలయిక పొందిన అండం గర్భాశయానికి చేరలేకపోతుంది. ఒక వేళ చేరినా లూప్ వల్ల గర్భాశయం లోపల కదలికలు ఎక్కువ ఉండి కలయికచెందిన అండం అక్కడ నిల్చు దొక్కుకోలేకపోతుంది. ఇది ఇలా ఉండగా లూప్ వల్ల గర్భాశయం లోపలి పొరలు నీరుచేరి కాస్త ఉబ్బడం జరుగుతుంది. దీనినే ఇన్ ఫ్లమేటరీ ప్రోసెస్ అంటారు. ఈ రకంగా గర్భాశయం లోపలి పొరలు అనుకూలంగా లేకపోవడంతో వీర్యకణంతో కలయిక పొందిన అండం నిల్చు దొక్కుకోలేక నిర్విర్యం అయిపోతుంది. అంతేకాకుండా లూప్ వల్ల గర్భాశయం లోపలి పొరల్లో ప్రోస్టాగ్లాండిన్స్ అత్యధికంగా ఉత్పత్తి అవుతాయి. దీనివల్ల గర్భాశయ కండరాలు మరింత ముడుచుకోవడం, సాగడం జరుగుతుంది. దానివల్ల సంయుక్త బీజకణం వీర్యకణంతో కలయిక పొందిన అండం నిల్చు దొక్కుకోవాలనుకున్నా కుదరకుండా అవుతుంది. ఆ రకంగా సంయుక్త బీజకణం పిండంగా మారకుండా ఆగిపోతుంది. సంయుక్త బీజకణం పిండంగా రూపొందనప్పుడు నెలనెలా బహిష్టులు మూమూలుగా వచ్చేస్తూ ఉంటాయి.

కాపర్ టి, మల్టీలోడ్ సి యు 250 లూప్ ని బయో యాక్టివ్ కాపర్ డివైసిస్ అంటారు. ఈ రకమైన లూప్లు గర్భాశయంలో కాపర్ రాగి అణువులని విడుదల చేసి అక్కడి కణాలలో మార్పు తీసుకుని వస్తాయి. గర్భాశయంలో లూప్ వల్ల కాపర్ అణువులు విడుదలైనా ఇవి రక్తం ద్వారా శరీరమంతా పసరించడం జరగదు. గర్భాశయంలో విడుదలైన కాపర్ అణువులు అక్కడి కణాల్లో మార్పు కలిగించి సంయుక్త బీజకణం పిండంగా ఎదగకుండా క్షీణించి పోయేటట్లు చేస్తాయి.

ఔషధ పూరిత లూప్ వల్ల గర్భనిరోధాన్ని మాత్రమే కలిగిస్తాయిగాని, స్త్రీ ఆరోగ్యానికి ఎటువంటి హాని కలిగించవు.

## లూప్ వల్ల వచ్చే బాధలు

లూప్ వల్ల ఆరోగ్యానికి హాని లేకపోయినా కొందరిలో కొన్ని రకాల బాధలు కలుగుతాయి. కొందరు స్త్రీలకి లూప్ వేయగానే పొత్తి కడుపులో మెలిపెట్టుతున్నట్లు నొప్పి వస్తుంది. కొందరు అటువంటి నొప్పి రావడంతో భరించలేక క్షణంకాలంపాటు కళ్ళు తిరిగి పడిపోతారు. కాని కొద్ది నిమిషాల్లోనే తేరుకుంటారు. అందుకనే లూప్ వేయ గానే వెంటనే టేబుల్ మీదనుంచి దిగకుండా కొద్దిసేపు పడుకుని ఉండడం మంచిది. దానివల్ల ఇటువంటి బాధ చాలా వరకు కనబడదు.

కొందరు స్త్రీలకి లూప్ వేయించుకున్న తరువాత కొద్ది నెలలపాటు అవ్వడంపట్ల శాస్త్ర మైల అవుతున్నట్లు కనబడుతుంది. కాని దీని గురించి భయపడనవసరం లేదు. సెప్టోవిట్ వంటి బీళ్ళలా తడవకి ఒకటి చొప్పున రోజుకి 4 సార్లు వేసుకుంటే మైలకనబడడం ఆగిపోతుంది. చాలామందికి ఇటువంటి మందు బిళ్ళల అవసరమే ఉండదు. కేవలం కొద్ది చుక్కలు రక్తం కనబడుతుంది. అంతే తప్ప మరేమీ ఉండదు.

కొద్దిమంది స్త్రీలలో లూప్ వేయించుకున్న తరువాత బహిష్టు శాలంలో బ్లీడింగు ఎక్కువ అవుతుంది. ఇ సమయంలో సెప్టోవిట్ టాబ్లెట్ గాని, గై నో సి.వి.వి. క్యాప్సుల్స్ వంటివి తడవకి ఒకటి చొప్పున రోజుకి 4 సార్లు 4-5 రోజులు వేసుకుంటే అతిగా బ్లీడింగ్ అవడం ఉండదు. లూప్ వల్ల అతిగా బ్లీడింగు అవడం మూడు-నాలుగు ఋతుస్రావాల్లో జరిగినా తరువాత లేకుండా అయిపోతుంది. ఈ రకంగా అధిక రక్తస్రావం అవడానికి కారణం లూప్ ప్లాస్మినోజిన్ యాక్టివేటర్ ని ఎక్కువ అయ్యేటట్లు చేస్తుంది. ఇది ప్లాస్మినోజిన్ ని ప్లాస్మిన్ గా మారుస్తుంది. రక్తం ఎక్కువ కారకుండా గడ్డకట్టి ఆపే ఫైబ్రిన్ ని ప్లాస్మిన్ నష్టపరుస్తుంది. దానితో బహిష్టు సమయంలో చిల్లిన రక్తనాళాలు, త్వరగా మూసుకుని పోకుండా రక్తస్రావం జరుగుతుంది. అయితే లూప్ వేయించుకున్న ప్రతి స్త్రీలో ఇలా జరగదు.

ఒకరిద్దరు పిల్లలు పుట్టిన స్త్రీలు లూప్ వేయించు కున్నప్పుడు వచ్చే బాధలు కంటే అసలు పిల్లలు కలగకుండా లూప్ వేయించుకున్న వారిలో వచ్చే బాధలు కాస్త ఎక్కువ.

## లూప్ వల్ల దుష్ప్రసావాదులు

లూప్ వల్ల వచ్చే దుష్ప్రసావాదులు చాలా కొద్ది మందిలో కలుగుతాయి. లూప్ వేయించుకున్నప్పుడు మామూలుగా వచ్చే కడుపులో నొప్పి, కాస్త ఎక్కువ బ్లీడింగు అవడం, లూప్ వేయించుకున్న మొదట్లో అప్పుడప్పుడు కాస్త కాస్త బ్లీడింగు కనబడడం కాండ్లి కేవలం క్రింద పరిగణించడం జరగదు. ఎక్కడో ఎవరికో మరి ఎక్కువ బ్లీడింగు అవడం, మందులు వాడినా ఫలితం కనబడకపోవడం అవుతుంది. ఆటువంటి సందర్భాలలో లూప్ తీసివేస్తే ఆ బాధ తొలగిపోతుంది. అయితే చాలామందిలో మందు బిళ్ళలు వాడటంతో కొద్ది రోజుల్లోనే బాధలు సర్దుకుపోతాయి.

లూప్ వేయించుకున్న 100 మంది స్త్రీలలో 2.2 నుంచి 7.7 స్త్రీలలో లూప్ వల్ల గర్భాశయం, అండవాహికలు వాచడమో, గర్భాశయాన్ని చీల్చుకుని లూప్ కడుపులోపలికి ప్రవేశించడమో, గర్భాశయం చుట్టూ ప్రక్కల వాపు వచ్చి కడుపునొప్పి విపరీతం అవడమో జరుగుతుంది.

ఈ రకంగా గర్భాశయం, దాని చుట్టు ప్రక్కల వాపు రావడానికి వ్యాధి క్రిములు ప్రవేశించడమే. వ్యాధి క్రిములు గర్భాశయంలోకి, అండవాహికల్లోకి ప్రవేశించడానికి కారణం లూప్ పరిశుభ్రమైన స్థితిలో ఉండకపోవడమో, లూప్ ని అప్లికేటర్ ద్వారా లోపలికి ప్రవేశపెట్టటప్పుడు యోనిలో ఉండే క్రిములు దానిద్వారా లోపలికి ప్రవేశించడమో, లేదా తరువాత యోనిలోపల ఉండే లూప్ దారాల ద్వారా క్రిములు లోపలికి ప్రవేశించడమో జరుగుతుంది.

కొన్ని సందర్భాలలో అంతకు ముందే గర్భకోశం లోపలగాని, దాని చుట్టుప్రక్కలగాని చైతన్య రహితంగా ఉన్న క్రిములు లూప్ వేయడం ద్వారా వాటిల్లో కదలికలు వచ్చి బాగా వృద్ధి చెంది వ్యాధి లక్షణాలని కలుగజేయవచ్చు.

లూప్ వేయడంవల్ల ఇన్ ఫెక్షను వచ్చి గర్భాశయం, దాని చుట్టు ప్రక్కల వాపు, నొప్పి కలుగుతున్నదని అనుమానం కలిగినప్పుడు లూప్ ని తీసివేసి పెన్సిలిన్, టెట్రాసైక్లిన్, జెంటామైసిన్ వంటి యాంటిబయోటిక్స్ ఏదో ఒకటి వాడాలి. దానితో ఇన్ ఫెక్షను తగ్గిపోతుంది.

అరుదుగా కొందరికి లూప్ వేస్తున్న సమయంలోగాని, తరువాతగాని లూప్ గర్భాశయం పొరలను ఛేదించుకుని కడుపు లోపలికి వెళ్ళి పోతుంది. దీనినే 'పెర్ ఫోరేషన్' అంటారు. ఇలా 'పెర్ ఫోరేషన్' జరగడం లూప్ వేయించు

కున్న రెండువేల మందిలో ఒకరికి జరుగుతుంది. కాన్న అవగానేగాని, లేదా శీ-రి వారాలలోగా గాని లాప్ వేసిన వారిలో ఈ విధంగా 'పెర్ ఫార్మేషన్' జరగడం సహజం.

పెర్ ఫార్మేషన్ జరిగిందని కొందరిలో తెలియనే తెలియదు. చాలామందిలో గర్భాశయం పొరలని ఛేదించుకుని లాప్ కడుపులోపలికి పోయినా ఎటువంటి బాధగాని, ప్రమాదంగాని ఉండవు. మామూలుగా గైస్ట్ చెకప్ చేసినప్పుడు యోనిలో వేలాడుతూ కనబడే లాప్ దానిని కనబడకుండా అవుతాయి. దానిబట్టి లాప్ గర్భసంచిలో లేదని తెలుసుకోవచ్చు. అదే కాకుండా కడుపుని ఎక్స్ పేరేట్ చేస్తే లాప్ ఎక్కడ ఉందో తెలుసుకోవచ్చు. అల్ట్రాసౌండ్ స్కానింగ్ ద్వారా కూడా లాప్ గర్భాశయంలో ఉందా, ఛేదించుకుని బయటికి పోయిందా అనేది తెలుసుకోవచ్చు. లాప్ స్కోప్-ను పరీక్ష ద్వారా కూడా పెర్ ఫార్మేషన్ ద్వారా బయటికి వచ్చిన లాప్ ని గుర్తించవచ్చు. అంతేకాదు లాప్ స్కోప్ ద్వారా దానిని బయటికి తీసివేయవచ్చు. కొన్ని కేసుల్లో పెర్ ఫార్మేషన్ చేసి బయటికి వచ్చిన లాప్ బయట ఇరుక్కుని పోయి ఉంటుంది. అటువంటిప్పుడు ఆపరేషన్ చేసి కడుపులో ఉన్న లాప్ ని తీయవలసి వస్తుంది.

**లాప్ వేయించుకున్నా గర్భం రావచ్చా ?**

లాప్ వేయించుకున్న వాళ్ళల్లో నూటికి ఇద్దరు నుంచి నలుగురి దాకా గర్భం రావచ్చు. ముఖ్యంగా ఈ ఘెయి

ల్యూర్ లూప్ వేయించుకున్న మొదటి సంవత్సరంలో ఎక్కువ. లూప్ వేయించుకున్న సంవత్సరం తరువాత లూప్ విఫలమై గర్భం రావడం తక్కువ. లూప్ వుండగా గర్భం వచ్చిన వారిలో గర్భం నిలవడం తక్కువ. అందుకనే లూప్ వుండగా గర్భం వచ్చిన వారికి మూడు నుంచి ఆరు నెలల్లో గర్భస్రావం జరిగిపోతూ వుంటుంది.

లూప్ వుండగా గర్భం వచ్చిన వాళ్ళు ఆ గర్భాన్ని వుంచుకోవాలని ఆశించినప్పుడు మొదటి 3 - 4 నెలల్లోనే లూప్ కి ముడివేయబడి వున్న నైలాన్ దారాలని పట్టుకుని నిదానంగా బయటికి లాగివేయాలి. ఇలా లూప్ ని గర్భకోశం నుంచి లాగివేయడం వల్ల గర్భం నిలిచే అవకాశం ఎక్కువ.

గర్భం వచ్చినపుడు నిదానంగా లూప్ ని బయటకు లాగివేయడం కుదరనపుడు దానిని అలాగే వుంచివేసి గర్భాన్ని కొనసాగనివ్వవచ్చు. లూప్ గర్భాశయంలో వుండగా గర్భాన్ని కొనసాగించడం వల్ల పిండంలో ఎటువంటి అంగవైకల్యం కలగడం గాని, జన్మదోషం ఏర్పడటం గాని జరగదు. లూప్ ని అలాగే వుంచేసి గర్భాన్ని కొనసాగించడం వల్ల గర్భస్రావం ఏ సమయంలోనైనా జరిగిపోవచ్చు. అయితే అందరిలో గర్భస్రావం జరిగి తీరాలని లేదు.

ఒకవేళ వచ్చి, లూప్ ని తొలగించడం కుదరనప్పుడు ఆ (స్త్రీ) గర్భం కొనసాగించడానికి ఇవ్వపడకపోతే అబార్షను చేసి గర్భంలో ఎదుగుతున్న పిండాన్ని, దానితో పాటు లోపల వుండేపోయిన లూప్ ని తీసివేయవచ్చు. అంతేగాని ఆ (స్త్రీ)కి గర్భాన్ని కొనసాగించి మానసిక వేదనని కలిగించ నవసరం లేదు.

అరుదుగా కొందరికి గర్భం గర్భాశయంలో కాకుండా అండం ప్రయాణించే ఫెల్లోఫియన్ ట్యూబులలో (అండ వాహికలలో) ఏర్పడుతుంది. అలా ఏర్పడిన పిండం అండ వాహికల్లోనే ఎదుగుతుంది. పిండం అలా ఎదుగుతున్నప్పుడు ఫెల్లోఫియన్ ట్యూబు పగిలిపోయి ప్రాణాపాయం కలగ వచ్చు. గర్భాశయంలో కాకుండా ఫెల్లోఫియన్ ట్యూబు లలో (అండవాహికల్లో) గర్భం వచ్చే సంతానాలు లూప్ వేయించుకున్న వాళ్ళల్లో మామూలుగా కంటే ఆరు రెట్లు ఎక్కువ. దీనికి ముఖ్య కారణం లూప్ వల్ల గర్భాశయంలో పిండం నిలవడానికి అనుకూల పరిస్థితులు లేకపోవడమే. అందువల్ల అండంతో కలయిక పొందిన వీర్యకణం అండంగా తయారై ఫెల్లోఫియన్ ట్యూబులో పెరగా లనుకుంటుంది.

**లూప్ దానంతటకదే జారిపోతుందా ?**

లూప్ వేయించుకున్న వారిలో నూటికి 2 నుండి 10 మందిలో లూప్ వేయించుకున్న మొదటి సంవత్సరంలోనే



దానంతట కడే జారిపోతుంది. అయితే ఒక సంవత్సరం పాటు జారిపోతుండా నిలిచిన లూప్ రెండవ, మూడవ సంవత్సరంలో జారిపోవడం అరుదు.

లూప్ జారిపోయింది కదా అని మళ్ళీ లూప్ వేస్తే వారిలో అధిక సంఖ్యాకుల్లో తిరిగి లూప్ జారిపోవడానికి అవకాశం వుంది. లూప్ జారిపోవడం అనేది ముఖ్యంగా పిల్లలు పుట్టిన తల్లులో కంటే అసలు పిల్లలు పుట్టని వారిలో ఎక్కువ.

లూప్ ముఖ్యంగా బహిష్టు సమయంలో బహిష్టు ప్రసావంతో జారిపోతుంది. కాన్ను అవగానే లూప్ వేయించు కున్న వారిలో మూడవవంతు మందిలో లూప్ జారిపోవడం ఎక్కువ. లూప్ దానంతట కడే జారిపోవడం నూటికి ఇరవై మంది స్త్రీలు గుర్తించగలుగుతారు. అయితే నూటికి 80 మంది లూప్ పడిపోయిందనే గమనించరు. అందుకని లూప్ వేయించుకున్న వారు ప్రతీసారి బహిష్టు ప్రసావం అయిపోయిన తరువాత యోని మార్గంలో వ్రేలు పోనిచ్చి గర్భాశయ కంఠం (సెర్విక్స్) దగ్గర లూప్ చారాలు తగులుతున్నదీ లేనిదీ గమనించడం మంచిది. అలా చూసుకోవడం వల్ల లూప్ వున్నదీ పడిపోయినదీ తెలుసుకుని గర్భం రాకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు.

వేసిన లూప్ ని ముందుగా ఎందుకు

తీసివేయవలసి వస్తుంది ?

లూప్ వేయించుకున్న వారిలో నూటికి 5-20 మందికి అధిక రక్తస్రావం అవడం, పొత్తికడుపులో నొప్పి రావడం వుంటాయి. రక్తస్రావం ఆగకపోయినా, పొత్తికడుపులో నొప్పి తగ్గకపోయినా లూప్ తీసివేయవలసి వస్తుంది. సాధారణంగా ఇటువంటి బాధలు లూప్ వేసిన మొదటి సంవత్సరంలోనే ఎక్కువ కనబడతాయి. అందుకని లూప్ తీసివేయవలసి రావడం ఎక్కువగా మొదటి సంవత్సరంలోనే ఎక్కువ. తరువాత సంవత్సరాలలో బాధలూ తక్కువే, లూప్ తీసివేయవలసిన అవసరం రావడం కూడా తక్కువే.

లిప్ప్స్ లూప్ కంటే కాపర్ లూప్

ఎందుకని మంచిది ?

లిప్ప్స్ లూప్ వేయించుకున్న 4 శాతం మందికి గర్భం రావడం వుంటుంది. అదే కాపర్-టి 200 లూప్ వేయించుకున్న 2.5 శాతం మందిలో, కాపర్-టి 220 వేయించుకున్న వారిలో 1.5 శాతం మందిలో, మల్టీలోడ్ సి. యు. 250 లూప్ వేయించుకున్న 0.8 శాతం మందిలోనే గర్భం రావడం జరుగుతుంది.

లిప్ప్స్ లూప్ వేయించుకున్న స్త్రీలలో బహిష్టు సమయంలో రక్తసావం అధికంగా వుంటుంది. అదే కాపర్-టి లూప్ గాని, మల్టీలోడ్ సి. యు. 200 లూప్ గాని అయితే బహిష్టు సమయంలో రక్తసావం తక్కువ అవుతుంది.

బహిష్టు సమయంలో లూప్ జారిపోవడమనేది లిప్ప్స్ లూప్ వేయించుకున్న 11 శాతం మందిలో జరుగుతుంది. కాపర్-టి 200 లూప్ 6.3 శాతం మందిలోనూ, కాపర్-టి 220 లూప్ 6.3 శాతం మందిలోనూ, మల్టీలోడ్ సి.యు 250 లూప్ 2.2 శాతం మందిలోనూ జారిపోవడం జరుగుతుంది.

అధిక రక్తసావం అవడం వల్లనో, పొత్తి కడుపులో నొప్పి అనిపించడం వల్లనో లూప్ తీసివేయవలసి రావడం లిప్ప్స్ లూప్ విషయంలో 8.4 శాతం మందిలో జరుగగా, కాపర్-టి 200 లూప్ 6.4 శాతం మందిలోనూ, కాపర్-టి 220 లూప్ 5.3 శాతం మందిలోనూ, మల్టీలోడ్ సి. యు 250 లూప్ 2.4 శాతం మందిలోనూ తీసివేయవలసి వస్తుంది.

లిప్ప్స్ లూప్ వేయించుకున్న స్త్రీలలో 69 శాతం మంది సంవత్సరాల తరబడి హాయిగా ఉంచుకుంటారు. కాపర్-టి 200 లూప్ వేయించుకున్న 77 శాతం మంది, కాపర్-టి 220 లూప్ వేయించుకున్న 82 శాతం మంది మల్టీలోడ్ సి. యు 250 లూప్ వేయించుకున్న 90 శాతం

మంది నియమిత కాలం పూర్తిగా ఉంచుకోగలుగుతారు. వారికి ఎటువంటి బాధగాని, దుష్ప్రభుత్వాలుగాని కనబడవు.

ఈ రకంగా చూసినట్లయితే లిప్ప్స్ లూప్ కంటే కాపర్ లూప్ చాలా శ్రేయకరం. కాని లిప్ప్స్ లూప్ కంటే కాపర్ లూప్ ఖరీదు ఎక్కువ. అంతే కాకుండా ప్రతి రెండు మూడు సంవత్సరాలకి ఒక పాత లూప్ని తీసివేసి కొత్త లూప్ని వేయవలసి వస్తుంది. ఏమైనా లిప్ప్స్ లూప్ కంటే కాపర్ లూప్ ఎక్కువ ప్రయోజనకారి.



## 3. పురుషాంగ ఉపసంహరణ పద్ధతి

ఫ్రీ లవ్ అంటే ప్రీతి ఉన్న పీతాంబరరావు ప్రేయ దర్శినిని ప్రేమించాడు. ఫ్రీ లవ్ తో పాటు ఫ్రీ సెక్స్ కూడా భాగమే అని అతని ఉద్దేశ్యము. యవ్వన పొంగులో ఉన్న వాళ్ళు ప్రేమకు, సంకెళ్ళు యెందుకు ఉండాలని వాదిస్తారు. అదే ధోరణి ప్రేయదర్శినిది కూడా. ఫ్రీ లవ్ ఫ్రీ సెక్స్ కి ప్రతీక అయిన పీతాంబరరావుకి ప్రేయదర్శిని ప్రీడమ్ మంచి హుషారు కలిగించింది. పెళ్ళికాని పక్షానికి ప్రేయని ఫ్రీ సెక్స్ వల్ల కడుపు రాకుండా ఉండాలంటే ఏమి చేయాలి? దానికి సంయోగ సమయంలో వీర్యస్కలనం అవబోయే సమయానికి రతి నుంచి పురుషాంగ ఉపసంహరణ తేలిక మార్గంగా కనబడింది. అసలు రతిలో పురుషాంగ ఉపసంహరణ పద్ధతి అంటే ఏమిటి? దానివల్ల భద్రత లేదా? ఇవన్నీ సందేహాలే కదూ.

రతిలో పురుషాంగ ఉపసంహరణ పద్ధతినే Coitus interruptus అని అంటారు. గర్భనిరోధానికి అనుసరించే ఈ పద్ధతి అతి పురాతన కాలం నుంచి ఉన్నదే. ఈనాడు కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతిగా ఇది చెలామణి అవుతోంది. ఈ పద్ధతి గురించి 3, 000 సంవత్సరాల క్రితమే ఓల్డు టెస్టు మెంట్ గ్రంథమైన జనిసిస్ లో వ్రాయబడి వుంది.

## రతిలో పురుషాంగ ఉపసంహరణ

గర్భనిరోధక పద్ధతిగా రతిలో పురుషాంగ ఉపసంహరణని ఎంతో నైపుణ్యముతో నిర్వహించవలసి ఉంటుంది. స్త్రీ పురుషులు సంయోగములో పాల్గొన్నప్పుడు, పురుషునికి కామోద్రేకము చరమస్థాయికి చేరి వీర్యస్కలనం అయ్యే అనుభూతి కలగగానే పురుషాంగాన్ని యోనిలో నుంచి బయటకు తీసివేయడం ఈ పద్ధతిలో జరిగే విశేషం. యోనిలోనుంచి పురుషాంగం ఉపసంహరించగానే యోని బయట వీర్యస్కలనం జరిగిపోతుంది. వీర్యస్కలనం యోని మార్గములో జరగదు. కనుక స్త్రీ గర్భవతి కావడం జరగదు. అయితే వీర్యస్కలనం ఏ మాత్రం యోని మార్గంలో జరగకుండా పురుషాంగం పూర్తిగా ఉపసంహరించిన తరువాతే జరగడం ఎంతో ముఖ్యం. ఒకవేళ వీర్యస్కలనము యోనికి బయట అంతరాధరాలు, బాహ్యధరాల మీద జరిగిన వీర్య కణాలు యోని మార్గంలోకి పయనించగల శక్తి కలిగి ఉంటాయి. కొందరి దృష్టిలో పూర్తిగా పురుషాంగం ప్రవేశం జరిగి వీర్య స్కలనమయితేనే గర్భము వస్తుంది, లేకపోతే రాదనే భావం ఉంది. అందుకని కొందరు యువతీయువకులు అక్రమ కామ సంబంధాలలో కన్నా పొర చిరగకుండానే యోనిదగ్గర బాహ్యంగానే రతి జరిపి తృప్తిపడి గర్భము రాదని ధైర్యముగా ఉండిపోతారు. కాని యోని బయట

స్కలస్మైస వీర్యకణాలు యోని మార్గముగుండా ప్రయాణించి కడుపు తెచ్చిన సంఘటనలు కావలసినన్ని ఉన్నాయి.

కొంతమంది పురుషుల్లో వీర్యస్కలసం అయిన తరువాత కూడా అంగస్తంభనం కొంత సమయము నిలిచే ఉంటుంది. ఇటువంటి యువకులు వీర్యస్కలసం ఎటువంటి ప్రమాదం లేకుండా పూర్తిగా బయటచేసి తిరిగి సంయోగానికి వెంటనే పూనుకుంటారు. ఇటువంటప్పుడు శిశ్నంకి చివర ఉన్న మూతనాళాన్ని తుడిచివేయాలి. శిశ్నాన్ని కప్పి వుచ్చే చర్మాన్ని కూడా పూర్తిగా గుడ్డతో తుడిచి వీర్యము దానికి అంటుకుని ఉండకుండా జాగ్రత్తపడాలి.

సంభోగ సమయంలో శుక్లమును విడవకుండా వుంటే

భార్య భర్తలు రతిలో పాల్గొని భర్త సరిగ్గా వీర్యస్కలసం అనబోయే సమయానికి పురుషాంగాన్ని యోని నుంచి ఉపసంహరించే పద్ధతినే “పురుషాంగ ఉపసంహరణ పద్ధతి” అని అంటారు. ఇది అతి తేలికైన పద్ధతి, ఖర్చులేని పద్ధతి అయినా కొన్ని సందర్భాలలో పురుషాంగ ఉపసంహరణ జరుగక ముందే వీర్యస్కలసం అమిషాయి గర్భం

వచ్చే అవకాశం ఉంది. పైగా ఈ పద్ధతివల్ల మానసికంగా అసంతృప్తి కలిగే ప్రమాదం ఉంది. ఎక్కడ వీర్యస్కలనం అయిపోతుందో, ఎక్కడ గర్భం వచ్చేస్తుందో అనే భయంతో దంపతులిద్దరూ భయం భయంగా రతిలో పాల్గొన్నట్లయితే దాంపత్యసుఖం అనుభవించడానికి అవకాశం ఉండదు. ముఖ్యంగా స్త్రీ రతిలో పరాకాష్ఠని పొందలేదు. ఒకవేళ ఆమె రతిలో ఉత్సుకత కనబరచినా కోరిక పరాకాష్ఠకు చేరుకోబోయే సమయానికి పురుషాంగ ఉపసంహరణతో అసంతృప్తి మిగిలి తీరుతుంది.

### ఉపసంహరణ పద్ధతి - లోపాలు

గర్భనిరోధక పద్ధతిగా ఈ విధానము అవలంబించేటప్పుడు స్త్రీ ముందు తనకి గర్భము రాకుండా పురుషుణ్ణి జాగ్రత్త తీసుకోవాలని కోరాలి. ఎందుకంటే పురుషునికి వీర్యస్కలనం ఎప్పుడు అవుతుందో స్త్రీ ముందే గమనించలేదు. ఒక్కొక్కసారి తాను జాగ్రత్తగానే ఉంటానని పురుషుడు స్త్రీని నమ్మించి మాట నిలుపుకోలేకపోవచ్చు. అదీగాక పురుషునికి కామోద్రేకము చరమస్థాయికి చేరుకున్నప్పుడు ఒక్కొక్కసారి పురుషాంగ ఉపసంహరణ దుర్లభం అవవచ్చు. ఒక్కొక్కసారి ఆస్థితిలో పురుషాంగ ఉపసంహరణ చేస్తుండగానే తెలియకుండా వీర్యస్కలనము అయిపోవచ్చు. 50 శాతము పురుషుల్లో నిదానంగా రెండు మూడు పట్టు విడుపు



లతో కొద్ది క్షణాలపాటు వీర్యస్కలనం అవుతుంది. ఈ రెండవ రకము వ్యక్తుల్లో వీర్యస్కలనం మాండు కొంత తెలియకుండా నిదానంగా అవడానికి ఆస్కారం ఉంది ఇటు వంటి వ్యక్తులలో మాండు జరిగే వీర్యస్కలనం అనుభూతి వుండదు. చివరికి జరిగే వీర్యస్కలనం అనభూతే వుంటుంది.

వీర్యస్కలనం తెలిసి అవడం, తెలియకుండా అవడం దాన్ని బట్టే కాకుండా రతి కొనసాగించగల సమయం బట్టి కూడా ఉపసంహరణ సామర్థ్యం ఆధారపడి వుంటుంది. 50 శాతం పురుషులకి రతిలో పాల్గొన్న రెండు నుంచి అయిదు నిమిషాలలోగా వీర్యస్కలనం అయిపోతుంది. మిగిలిన 50 శాతం పురుషుల్లో రతిలో పాల్గొన్న అయిదునుంచి ఇరవై నిమిషాలకి వీర్యస్కలనం జరుగుతుంది. అయిదు నిమిషాల లోగా వీర్యస్కలనము అయి పోయే పురుషులు పురుషాంగ ఉపసంహరణ పద్ధతిని సక్రమంగా అమలుపరచలేరు. ఈ రెండూ కాకపోతే ఒక్కొక్కసారి రతిలో కామోద్రేకం పతాకస్థాయికి చేరుకుని సరిగా వీర్యస్కలనం అవబోయే మాండు ప్రీతిగాని, పురుషునికి గాని, లేక యిద్దరికి ఒక రక మైన శారీరక అశక్తత కలిగించుతుంది. అటువంటి స్థితిలో పురుషాంగం ఉపసంహరించాలన్నా కుదరని స్థితి లేదా ఆ ఆ మైకంలో ఈ నిషయమే మరచిపోయే గతి పట్టవచ్చు.

## ఉపసంహరణ పద్ధతి రతిలో అసంతృప్తి

కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతిగా అవలంబించే ఉపసంహరణ పద్ధతి వల్ల సరాల సంబంధంగా గాని, శారీరకంగా గాని బలహీనత కలుగుతుందా అనే విషయంపై విశేషంగా పరిశోధనలు జరిగాయి. చివరికి దీనివల్ల ఎటువంటి సరాల బలహీనతలు కలగవనీ, శారీరక బలహీనతలు ఏర్పడవనీ నిర్ధారించారు. అయితే రతిలో తృప్తి కలిగే విషయంలో కొంత లోపం ఏర్పడుతుంది. ముఖ్యంగా స్త్రీలలో సుఖప్రాప్తి కలగడానికి కొంత సమయం పట్టుతుంది. కొన్ని సందర్భాల్లో స్త్రీకి సరిగ్గా సుఖప్రాప్తి ప్రారంభమయ్యే సమయానికి పురుషుడు గాని రతినుంచి ఉపసంహరించడం జరుగుతుంది. ఇటువంటిప్పుడు ఆ స్త్రీకి రతిలో అసంతృప్తి కలగడమో, రతి అంటేనే అసహ్యం కలగడమో జరుగుతాయి.

ఇలా కొందరు స్త్రీలలో రతి యెడల అసంతృప్తి ఏర్పడితే, మరికొందరిలో పురుషుడు ఉపసంహరణ చేయకపోతే వీర్యస్కలనం జరిగి ఎక్కడ గర్భం వస్తుందో అని భయపడిపోతూ వుంటారు. వారికి సంయోగంలో ఆసందం కంటే, భయం ఎక్కువగా వుంటూ వుంటుంది. ఇదే పరిస్థితి కొందరి పురుషులలో కూడా ఏర్పడుతూ వుంటుంది. ఎక్కడ పొర పాటున వీర్యస్కలనం అయిపోతుందో ఎక్కడ గర్భం వస్తుందో అనే భయంతో సంయోగంలో సరిగ్గా పాల్గొనలేక

పోతారు. ఒక్కొక్కసారి ఆ భయం తీవ్రతతో వీర్యస్కల  
సం అయిపోతున్నా వానికి అంగ ఉపసంహరణ చేయలేని  
మానసిక అశక్తి వర్పడుతుంది. అప్పుడప్పుడు వీర్య  
స్కలసం జరిగకముందే పురుషాంగంనుంచి వెలువడే పల్చని  
ప్రోస్టేటు ద్రవంలో కొన్ని వీర్యకణాలు వుండి వాటివల్ల  
కూడా గర్భం రావచ్చు. అందుకని రతిలో పురుషాంగం  
ఉపసంహరణ పద్ధతివల్ల గర్భం రాదని ధైర్యంగా వుండటా  
నికి వీలులేదు. గర్భనిరోధక పద్ధతిగా ఇది అవలంబించాలను  
కున్నప్పుడు ఫోమ్ బిళ్ళలు కూడా యోని మార్గంలో ప్రవేశ  
గించినట్లయితే చాలావరకు రక్షణ వర్పడుతుంది.

★ ★ ★

## 7. రక్షిత కాలం పాటించటం సేఫ్ పిరియడ్

మధ్యంతరంగా మతం వుచ్చుకున్న మోహన్ రావు మిస్టర్ మోజన్ గా మారిపోయాడు. అప్పటికే అతనికి అయిదుగురు పిల్లలు. ఎప్పటికప్పుడు ఇక పిల్లలు వుట్టకుండా ఆప రేషను చేయించుకుండా మనుకుంటూనే క్రొత్త మతము లోకి చేరిపోయాడు. ఇక ఈ మతం ప్రకారం “బిడ్డలు దేముడిచ్చే బిడ్డలు, బిడ్డలు వుట్టకుండా ఆప రేషన్ చేయించు కోవడం మహాపాపం” ఏదీ బుట్టకి ఎక్కినా ఎక్కకపోయినా ఇది మాత్రం అతని బుట్టకి బాగా ఎక్కింది. మతం మారినా ఫూర్ ఫెలో మిస్టర్ మోజన్ వుట్టిన పిల్లలకి, వుట్టబోయే పిల్లలకి ఎందరికని తిండి, బట్ట చూడగలడు? అందుకని దేమునికి అగ్రహం కలిగించకుండా “పాపం” కాని పద్ధతి అవలంబించి పిల్లలు కలగకుండా చూచుకోవాను కున్నాడు. చివరికి “సేఫ్ పిరియడ్” అంటే ఏమిటో తెలుసుకొని కుటుంబనియంత్రణ అవలంబించసాగాడు. కాని భార్యకి బహిష్టులలో అస్తవ్యస్తత వుండటంతో అతని ఆశలు అడియాసలై ఆమె తిరిగి గర్భవతి కావడం జరిగింది.

ఈ ‘సేఫ్ పిరియడ్’నే కుటుంబ నియంత్రణ పాటించ

డానికి “రక్షిత కాలం” అని అంటారు. ఈ రక్షిత కాలంలో దాంపత్య జీవితాన్ని గడిపినట్లయితే స్త్రీ గర్భవతి కావడం జరగదు. ఈ రకంగా స్త్రీకి గర్భం రాని రోజులను గుర్తిస్తే సంయోగంలో పాల్గొనడానికి ఎటువంటి కుటుంబ నియంత్రణ సాధనాలు ఆవసరమూ వుండదు. ఒక పైసా ఖర్చూ వుండదు.

## బహిష్టుకి ముందు బహిష్టుకి తరువాత

### గర్భం రాని రోజులు

సాధారణంగా స్త్రీకి బహిష్టు ప్రసవం ప్రారంభము అయినరోజు నుంచి మరొక బహిష్టు ప్రారంభం కావడానికి 28 రోజులు పడుతుంది. ఇలా 28 రోజుల కొకసారి బహిష్టు అయ్యే స్త్రీలో అండం విడుదల బహిష్టు అయినరోజు నుంచి లెక్కపెడితే 14వ రోజున అవుతుంది. అంటే ఒక బహిష్టుకి మరొక బహిష్టుకి సరిగ్గా మధ్యకాలాన అండం విడుదల అవుతుంది. కాని ప్రాక్టికల్ గా చూస్తే కరెక్టుగా ప్రతి 28 రోజులకి బహిష్టు అయ్యే స్త్రీలో అయినా సరిగ్గా 14వ రోజుననే కాకుండా 12 నుంచి 16వ రోజులో ఎప్పుడైనా అండం విడుదల జరగవచ్చు. ఈ అండం విడుదలయ్యే రోజులలో సంయోగంలో పాల్గొంటే గర్భం రావడానికి ఎక్కువ అవకాశాలు వున్నాయి. సంయోగ సమయంలో యోని

మార్గంలో స్కలనమైన వీర్యకణాలు 3 రోజులపాటు బతికి వుండి అండంతో కలయిక పొందే శక్తి కలిగి వుంటాయి. అందుకని అండం విడుదల అవడానికి మూడురోజులు ముందు సంయోగంలో పాల్గొన్నా ఆ వీర్యకణాలు అండం విడుదల అవగానే దానితో కలయిక పొందుతాయి. దీనివల్ల 9వ రోజు సంయోగంలో పాల్గొన్నప్పుడు అండం విడుదల లేక పోయినప్పటికీ 12 వ రోజు అండం విడుదల జరిగితే గర్భం రావడం జరుగుతుంది. ఒకసారి స్కలనమైన వీర్యకణాలకు మూడు రోజులపాటు శక్తి కలిగి ఉంటే, ఒకసారి విడుదల అయిన అండానికి ఒక్కరోజు మాత్రమే వీర్యకణాలతో కలయిక పొందే శక్తి ఉంటుంది. అందుకని అండం విడుదల చివర 16 వ రోజున జరిగితే ఒకవేళ 17వ రోజున దాంపత్య జీవితంలో పాల్గొంటే గర్భం రావడానికి వీలు ఉంది. అలా కాక 18 వ రోజున సంయోగంలో పాల్గొంటే గర్భం రావడానికి అవకాశం లేదు. దీనికి 16వ రోజున విడుదల అయిన అండానికి 24 గంటలు గడిచిన తరువాత వీర్యకణాలతో కలయిక పొందే శక్తి ఉండదని తెలుసుకదా. ఈ విధంగా అండం విడుదలయ్యే సమయం, వీర్యకణాలకీ, అండానికి కలయిక పొందే శక్తి మొత్తం దృష్టిలో పెట్టుకుని చూస్తే బహిష్టు ప్రారంభమయిన 9వ రోజునుంచి 17వ రోజు వరకు 'అన్ నేఫ్ పిరియడ్' లేక డేంజరస్ పిరియడ్ గా భావించబడుతుంది. ఇంతవరకు చెప్పుతున్న ఈ రోజులను వదలిపెట్టి

ముందు 8 రోజులు, తరువాత 18 నంచి 28 వ రోజు వరకు దాంపత్య జీవితంలో పాల్గొంటే గర్భం రాదు. ముందు 6 రోజులను, తరువాత 11 రోజులను, 'సేఫ్ పిరియడ్' అనీ, రక్షిత కాలమనీ అంటారు. ఇంతవరకు మనం తెలుసుకున్నది ప్రతి 28 రోజుకీ బహిష్టు అయ్యే స్త్రీ విషయం గురించి మాత్రమే. అలాకాక కొందరు స్త్రీలు 21 రోజులకే బహిష్టు అవుతూ ఉంటారు. మరికొందరు 30 రోజులకీ, 35 రోజులకీ, 38 రోజులకీ బహిష్టు అవుతూ ఉంటారు. ఇటువంటి స్త్రీలలో ముందు అండం విడుదల ఎప్పుడు అవుతుందో తెలుసుకొని దాని ప్రకారం 'సేఫ్ పిరియడ్'ని పాటించాలి.

## అండం విడుదల తెలుసుకోవడమెలా ?

ప్రతి 35 రోజులకు ఒకసారి బహిష్టు అయ్యే స్త్రీ ఉన్నదనుకోండి. ఆమెకు బహిష్టు అయిన 21 వ రోజున అండం విడుదల అవుతుంది. అది ఎలా చెప్పడమంటే ఏ స్త్రీలో అయినా రాబోయే బహిష్టుకి సరిగ్గా 14 రోజుల ముందు అండం విడుదల అవుతుంది. 35 రోజుల కొకసారి బహిష్టు అయ్యే స్త్రీకి 14 రోజుల ముందు అంటే 21 వ రోజు అవుతుంది కూడా. అలాగే ప్రతి 30 రోజులకీ బహిష్టు అయ్యే స్త్రీకి 6 వ రోజున ప్రతి 21 వ రోజున బహిష్టు అయ్యే స్త్రీకి 7 వ రోజున అండం విడుదల అవుతుంది.

ఇలా అండం విడుదల రోజు గుర్తించి ఇక డేంజర్ పిరియడ్ ని లెక్కకట్టవచ్చు. కట్టాలంటే అండం విడుదల రోజుకి ముందు అయిదు రోజులు తరువాత మూడు రోజులు కలపాలి. ఆ రకంగా లెక్కకడితే ప్రతి కిర రోజులకి బహిష్ట అయ్యే త్రీలో 16వ రోజు నుంచి 24 వ రోజు వరకు డేంజర్ పిరియడ్ అవుతుంది. దీనికే ముందు 15 రోజులు, తరువాత 25. కిరవ రోజు వరకు గర్భం కాకుండా ఉండే రక్షితకాలం.

### సేఫ్ పిరియడ్ లో డేంజర్ :

ఇంతవరకు మనం తెలుసుకున్న సేఫ్ పిరియడ్స్, ప్రతినెలా కరెక్టుగా రావలసిన రోజులకే బహిష్టాలు వచ్చే వాళ్ళలోనే సంభవం. ఒకసారి బహిష్ట 28 రోజులకు వచ్చి మరొకమారు 30 రోజులకు వచ్చి ఇంకోసారి 26 రోజులకి వస్తూ సరిగా బహిష్టాలు రాని వాళ్ళలో సేఫ్ పిరియడ్ ఫలానా అనే దానిమీద ఆధారపడటం ప్రమాదకరం. అస్తవ్యస్తంగా బహిష్టాలు ఉండే వాళ్ళలోనే కాకుండా కాన్పు అయిన తరువాత, ముట్లు ఎండిపోయే ముందు సేఫ్ పిరియడ్ లెక్క కట్టడం కుదరదు. ఒకేసారి 28 రోజుల కొకసారి 30 రోజుల కొకసారి ఇలా కొద్ది తేడాలతో బహిష్ట అయ్యే సందర్భంలో అండం విడుదల కూడా తేడాగా ఉంటుంది.



రక్షితకాలం, అరక్షితకాలం అనేది నెల నెలా సరిగ్గా బహిష్టు అయ్యే స్త్రీలోనే సక్రమంగా ఉంటుంది. అలా సరిగ్గా బహిష్టు కాని స్త్రీలో ఒక్కొక్క నెలలో ఒక్కొక్కసారి అండం విడుదల అవుతుంది.

నెల నెలా సక్రమంగా ఒకే రోజుకి బహిష్టు కాని వారిలో బహిష్టు అయిన తొలి దినాలకంటే బహిష్టు రావడానికి ముందు 11 రోజులు ఎక్కువ క్షేమకరం.

నెల నెలా ఎంత సక్రమంగా బహిష్టులు వచ్చేస్తే స్త్రీలో నై నా ఒక్కొక్కసారి అండం విడుదల మామూలు కంటే ముందుగానూ జరగవచ్చు, ఆలస్యంగానూ జరగవచ్చు. అటువంటప్పుడు రక్షితకాలంలో కూడా గర్భం రావచ్చు. అలా జరగకుండా ఉండాలంటే రక్షిత కాలంలో పాతాన్నా పూర్తి రక్షణ కొరకు గర్భం రాకుండా ఫోమ్ బిల్లులు గాని, ఫోమ్ జెల్లీ గాని వాడటం మంచిది.

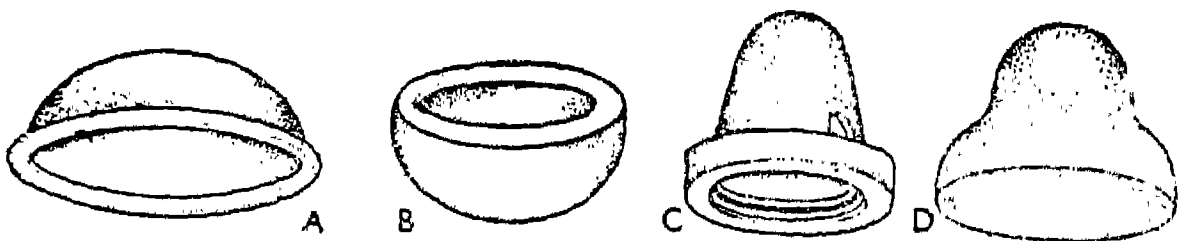


# ౯. డయాఫ్రం

## డయాఫ్రం అంటే ఏమిటి ?

క్రొత్తగా కాపురం పెట్టిన రోజారమణికి కడుపు రాకుండా రోజూ మాత్రలు మింగాలంటే మహాయిబ్బందిగా ఉంది. పిల్లలు కలగడం విషయంలో తనకేమంత పట్టించు లేకపోయినా రామారావుకి మాత్రం తన “పంచవర్ష ప్రణాళిక” పూర్తి అయ్యే వరకూ పిల్లలు వుట్టకూడదని పెద్ద పంతంగా ఉంది. ఈ విషయమై రోజూ మాత్రలు మింగ లేని రోజారమణికి రామారావుకి మధ్య ఎప్పుడూ వివాదమే. దీనికి వేరే పరిష్కారమార్గం ఉండేమోనని డాక్టరు సలహా అడిగితే కొంత తృప్తి కల్గించే మార్గమే కనబడింది. అదే సంతాన నిరోధక పద్ధతిగా - డయాఫ్రం.

వైజైనల్ డయాఫ్రంని మొదట జర్మనీకి చెందిన శాస్త్రజ్ఞుడు హన్స్ 1882లో రూపొందించాడు



డయాఫ్రంలో రకాలు

సంతాన నిరోధానికి వాడే డయాఫ్రంలు ముఖ్యంగా నాలుగు రకాలు. 1. వెజైసల్ డయాఫ్రం, 2. వాల్ట్ కాప్ 3. సెర్వైకల్ కాప్, 4. విమలె కాప్.

డయాఫ్రంలు రబ్బరుతో గాని, ప్లాస్టిక్ తో గాని తయారు చేయబడతాయి.

వెజైసల్ డయాఫ్రంలు, వీటినే డచ్ కాప్లు అంటారు. రబ్బరుతో తయారు చేయబడతాయి. ఇవి వివిధ సైజుల్లో లభ్యమవుతాయి. 50 మిల్లీమీటర్ల నుంచి 100 మిల్లీమీటర్లు నిడివి ఉండేవి లభ్యమవుతాయి. పిల్లలు కల గని స్త్రీలకి 65-70 మిల్లీమీటర్ల సైజు కల డయాఫ్రంలు కావాలి. పిల్లలు పుట్టిన స్త్రీలకి 75-80 మిల్లీమీటర్ల సైజువి కావాలి. ఈ డయాఫ్రంలు ఎవరికి తగిన సైజుల్లో వారు ఎన్నుకొని యోని లోపల సింఫసిస్ యూబిస్ దగ్గర ముందు ఫిక్స్ చేసి తరువాత యోనికి వెనక భాగంలో బిగుతుగా పట్టుకుని ఉండే విధంగా అమరాల్సి. ఇలా అమర్చగా దానిలో గర్భాశయ కంఠం మూసివేయబడుతుంది.

డయాఫ్రంని యోనిలోపల పెట్టుకోవడం ఎలాగో ఒకసారి తెలుసుకుంటే తరువాత నుంచి తేలికగా పెట్టుకో వచ్చు. కాని ఎందుకనో మనదేశంలో డయాఫ్రంలు వాడే స్త్రీలు చాలా తక్కువ. 1981-82 సంవత్సరములో మన దేశంలో కేవలం 10% డయాఫ్రంలు వాడబడ్డాయి.

వాల్ కాప్ డయాఫ్రంలు ఐదు సైజుల్లో తయారు చేయబడి ఉంటాయి. ఇటువంటి డయాఫ్రంలు కూడా మన దేశంలో వాడటం లేదు.

సెర్వయిస్ ల్ కాప్ డయాఫ్రంలు కూడా మన దేశంలో వాడటానికి స్త్రీలు ఉత్సుకత చూపించడం లేదు. వీటిని లోపల పెట్టుకోవడం కాస్త ఇబ్బందికరమైన టెక్నిక్ కనుక స్త్రీలు వీటి ఎడల అంతగా ఆసక్తి చూపించడం లేదు.

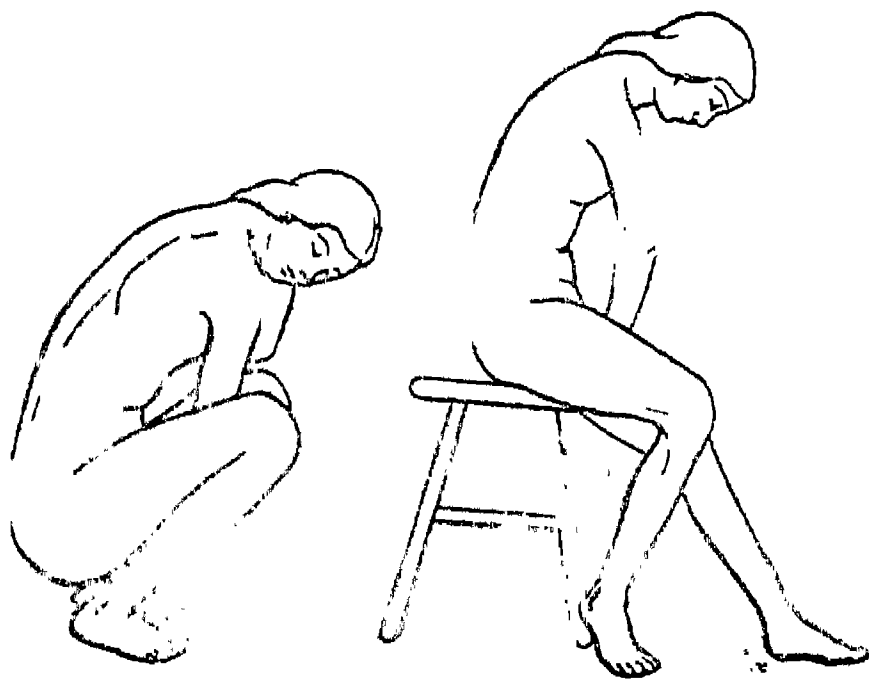
విముల్ కాప్ అనేది సెర్వయిస్ ల్ కాప్ వాల్ కాప్ రెండింటి సమ్మేళనం. ఇవి మూడు సైజుల్లో దొరుకుతాయి.

సంయోగంలో పార్టన్నా పార్టనకపోయినా కుటుంబ నియంత్రణ మాత్రం అయితే మరచిపోకుండా రోజూ వేసుకోవాలి. డయాఫ్రం మాత్రం కేవలం సంయోగం చేసేటప్పుడే ఉపయోగించడం జరుగుతుంది. వీర్యకణాలని నిర్మూలించే జెల్లీ కూడా డయాఫ్రంతోజాటు కలిపి ఉపయోగించడం జరుగుతుంది. డయాఫ్రం - జెల్లీ పద్ధతి తేలిక కాబట్టి గర్భనిరోధక పద్ధతులలో చాలా ప్రచారం అయింది. డయాఫ్రం మెత్తని రబ్బరుతో తయారుచేయబడింది. డయాఫ్రం చిప్ప ఆకారంలోఉండి ఎలా కావాలంటే అలా ముడవబడే విధంగా ఉంటుంది. దీని అంచు లోహంతో కూడిన స్ప్రింగుతో చేయబడి ఉంటుంది. అందుకని దీనిని గర్భాశయ కంఠానికి తగిలించి పెట్టినపుడు అక్కడ జారి

పోకుండా పట్టుకుని ఉండి పట్టుగా ఉంటుంది. డయాఫ్రం ఒక విధంగా గర్భాశయ కంఠద్వారాన్ని వీర్యకణాలు ప్రయాణించడానికి వీలులేకుండా మూసివేసినా, డయాఫ్రం లోపల రాసిన జెల్లీ కూడా వీర్యకణాలని నిర్మూలిస్తుంది.

### డయాఫ్రంని ఉపయోగించడం ఎలా?

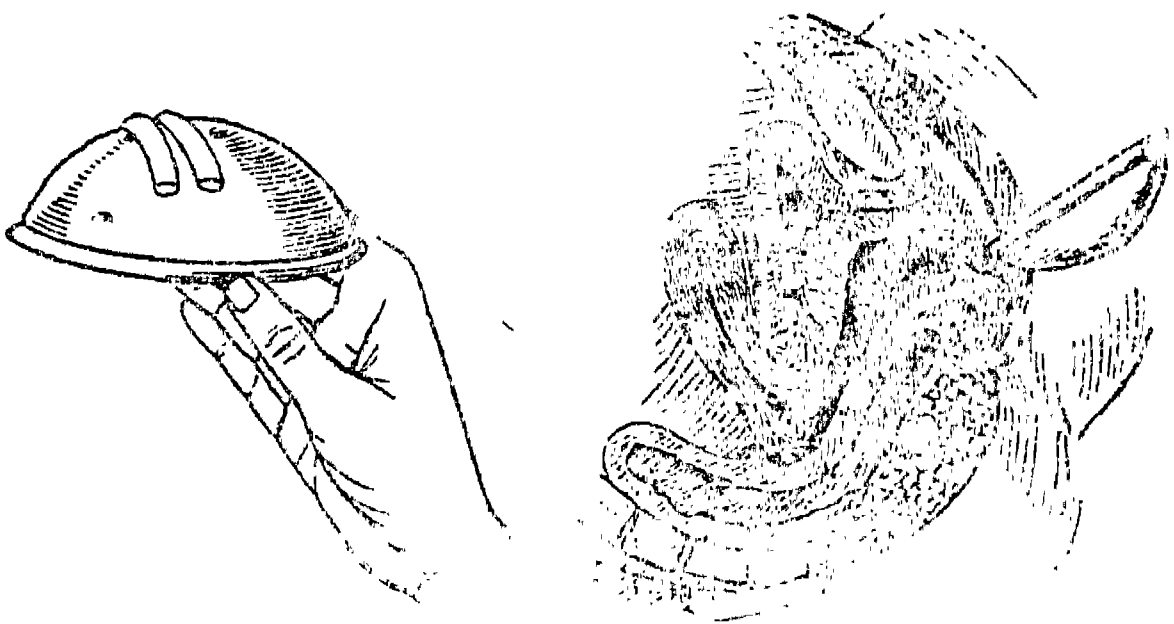
డయాఫ్రం సైజులు ఒక వ్యక్తికి మరొక వ్యక్తికి తేడా ఉంటాయి. అలాగే ఒకే వ్యక్తికి మొదట సరిపోయిన డయాఫ్రం కొద్దిరోజులు పోయిన తరువాత వదులు అయిపోవచ్చు. అందుకని ముందుగా గర్భనిరోధక సాధనంగా డయాఫ్రం ఉపయోగించే స్త్రీ డాక్టర్ సహాయంతో దానిని ఉపయోగించే పద్ధతి నేర్చుకోవాలి. ముఖ్యంగా దాంపత్య జీవితంలో కొత్తగా అడుగుపెట్టిన స్త్రీకి మొదట్లో చక్కగా సరిపోయిన డయాఫ్రం కొద్ది రోజులలోనే వదులు అయిపో



డయాఫ్రం పెట్టుకునే విధానం

తుంది. దానికి కారణం సంయోగంలో పాల్గొంటూ ఉండడం వలన యోని మార్గం వదులుగా అవుతూ ఉండడమే. డాంపత్య జీవితపు తొలిదినాల్లో ఇలా మార్చవలసి ఉండగా మరికొన్ని సందర్భాలలో కూడా డయాఫ్రం పై జులను మార్చవలసి వస్తుంది. ముఖ్యంగా కాన్పు అయిన తరువాత గర్భిణీలు పోయినప్పుడూ, ఆపరేషన్ అయినప్పుడూ, అంతే కాకుండా ఏ స్త్రీ అయినా పది పౌన్ల బరువు పెరిగినా, తరిగినా డయాఫ్రం మార్చవలసి వస్తుంది.

ఒక స్త్రీకి సరయిన డయాఫ్రం నిర్ణయించడానికి ముందుగా యోని లోపల గర్భాశయ కంఠం, బస్థి ఎముకల స్థితి ఎలా ఉన్నదీ డాక్టరు పూర్తిగా పరీక్ష చేయడమే కాకుండా ఆ స్త్రీకి కూడా తనంతటా తాను గర్భాశయ కంఠాన్ని దానికి ముందు ఉండే బస్థి యెముకని చక్కగా



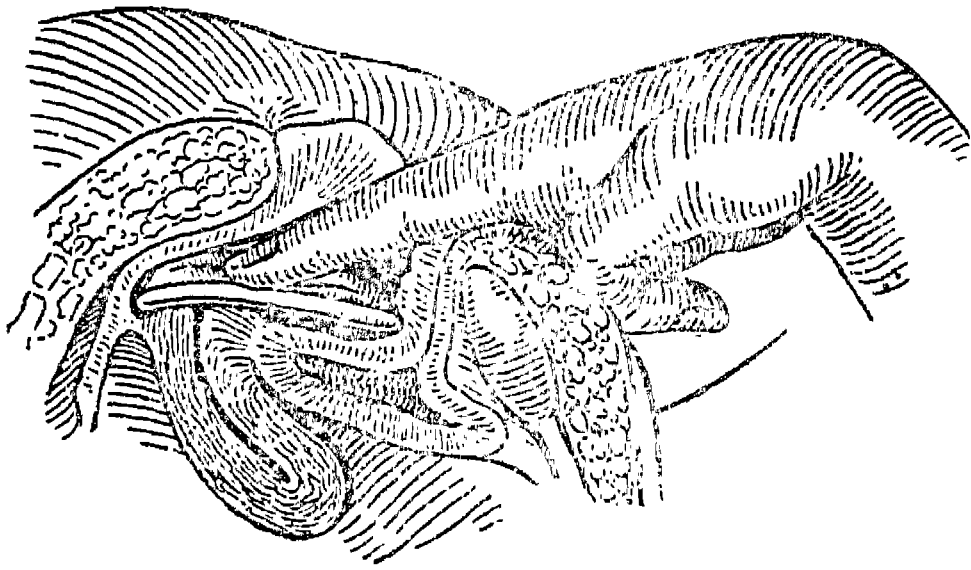
డయాఫ్రం పట్టుకుని యోనిలో ప్రవేశ పెట్టుకునే విధానం

గుర్తించే విధంగా నేర్పవలసి ఉంటుంది. ఇలా నేర్పిన తరువాత డాక్టరు ప్రయోగాత్మకంగా ఒక డయాప్రంబి యోని మార్గం గుండా ప్రవేశపెట్టి ఆ స్త్రీ చేత దానిని పూర్తిగా గుర్తించేట్లు చేసి తిరిగి బయటకు యెలా తీయాలో నేర్పుతారు. ఇక దీని తరువాత ఆ స్త్రీ తనంతట తాను డయాప్రంబి యోని మార్గం లోపల సంయోగానికి ముందు ఫిట్ చేసుకుంటుంది. డయాప్రంబి లోపల ఫిట్ చేసుకోడానికి ముందు దానిపైన వీర్యకణాలని నిర్మూలించే జెల్లీ వ్రాసి, ఆ డయాప్రంబి అంచులని రెండు ప్రవేశ్యతో అదిమిపట్టి నొక్కితే, కళ్ళలాగా కనబడే డయాప్రంబి దొప్పలాగా పొడుగుగా మారుతుంది. ఇలా ప్రవేశ్యతో నొక్కి పట్టుకొని యోని మార్గంలోకి లోపలికల్లా దూర్చి ముందుభాగం గర్భాశయ కంఠం క్రిందకు చేర్చితే పై భాగం గర్భాశయ కంఠానికి ముందు ఉండే బస్థి ఎముకకు ఫిట్ అవుతుంది. అ విధంగా గర్భాశయ కంఠాన్ని డయాప్రంబి మూసి వేస్తుంది. డయాప్రంబి ఉపయోగించే పద్ధతి ముందు డాక్టరు ద్వారా నేర్చుకోవలసిందే కాని స్వయంగా తెలుసుకోవడం కష్టం ఒకవేళ స్వయంగా ప్రయత్నించినా అది సక్రమంగా ఫిట్ అవ్వడం జరగదు.

## డయాప్రం - కొన్ని విశేషాలు

డయాప్రం ఉపయోగించడం తెలుసుకుంటే చాలా తేలికగా గర్భాశయ కంఠం దగ్గర ఫిట్ చేసుకోవచ్చు. డయా

ప్రథమ యోనిమార్గంగుండా లోపల ఫిట్ చేసుకొనేటప్పుడు పడుకుని ఉండి అయినా చేసుకోవచ్చు లేదా కూర్చుండి యినా చేసుకోవచ్చు. నిండుని పెట్టుకునేటట్లయితే ఒక కాలుమీద నిలచుని రెండవకాలు కొద్దిగా మడచి ఎత్తి పెట్టి ఉంచుకోవాలి.



గర్భాశయ కంఠానికి (సెర్విక్స్)



అమర్చిన డయాఫ్రం



డయాఫ్రంకి జెల్లీ వ్రాసి లోపల పెట్టుకున్న రెండు గంటలలోగా సంయోగంలో పాల్గొనాలి. అలాకాక ఆలస్యం జరిగితే తిరిగి అప్లికేటరుద్వారా జెల్లీని లోపలికి ఎక్కించుకోవాలి. డయాఫ్రం పెట్టుకుని పడవవచ్చు. స్నానం చేయవచ్చు. మూత్ర విసర్జన చేయవచ్చు. కాని సంయోగానికి ముందు ఒకసారి డయాఫ్రం సరయిన స్థితిలో ఉందో లేదో చూచుకోవాలి.

ఒకసారిసంయోగంఅయిన తరువాత తిరిగి కొద్దిసేపట్లో సంయోగంలో పాల్గొన్నట్లయితే తిరిగి జెల్లీని అప్లికేటరుద్వారా డయాఫ్రం దగ్గరికి నొక్కాలి. సంయోగం అయిన ఆరుగంటల వరకు డయాఫ్రంని యోని మూర్ధం నుండి తొలగించకూడదు. ఒకవేళ డూప్ చేసుకోవాలని మనసుంటే సంయోగం అయిన ఆరుగంటలవరకు డూప్ చేసుకోకూడదు.

సంయోగం అయిన ఆరు గంటల తరువాత తొలగించి తీసివేసిన డయాఫ్రంని నబ్బినీళ్ళతో కడిగివేసి ఆరబెట్టి, పొడరు జల్లి జుగ్రతగా అట్టిపెట్టాలి. సాధారణంగా డయాఫ్రం చిరగడంగాని, కన్నాలు పడడం కాని జరగదు. కాని డయాఫ్రం అంచుల దగ్గర స్పింగు వుంటుంది కనుక అక్కడ కాస్త చిరగడానికి అవకాశము ఉంది. డయాఫ్రంకి యెటువంటి కన్నాలు లేవని తెలుసుకోవాలంటే అది కప్పు ఆకారంలో ఉంటుంది కనుక అందులో నీళ్ళు పోసి పరీక్ష చేయాలి.

డయాక్రపం పర్సులో దాచుకున్నా, అలమారా సారుగులో పెట్టినా ఏమీ చెడిపోదు. డయాక్రపం పద్ధతి ఫేల్ అవడానికి కొన్ని ముఖ్య కారణాలు ఉన్నాయి. డయాక్రపంని సరిగ్గా పిట్ చేసుకోవడం చేతకాకపోయినా, సంయోగం సమయంలో యోనిమార్గం ఎక్కువ వెడల్పు అయినా, డయాక్రపం అంచులకి జెల్లీ వాస్తే ఆ అంచులు జారిపోయినా అసలు జెల్లీ రాయకుండా డయాక్రపం ఉపయోగించినా గర్భనిరోధం జరగకపోవచ్చు. కొన్ని సంయోగ పద్ధతుల వల్ల కూడా డయాక్రపం జారిపోవచ్చు. ముఖ్యంగా భర్త క్రింద పరుండి, భార్య అధిరోహించే పద్ధతివలన డయాక్రపం ఉండవలసిన పొజిషన్ నుంచి తొలగవచ్చు. ఏది ఏమైనా డయాక్రపం పద్ధతి చాలా తేలిక, తక్కువ ఖర్చుతో కూడు కున్నది.



## 9. ఫోమ్, ఫోమ్ బిళ్ళలు

ఆసుపత్రికి వచ్చే పేషెంట్లు రకరకాలుగా ఉంటారు. కొందరు డాక్టరుని విసిగించి ఒకే విషయాన్ని పదిసార్లు అడుగుతూ ఉంటే మరి కొందరు డాక్టరు చెప్పినదంతా వింటూ అంతా అర్థమయినట్టే బుర్ర ఊపి, చివరికి చెప్పినదానికి భిన్నంగా చేస్తారు. అలాంటి యువతే రత్నకుమారి. గర్భనిరోధానికి ఫోమ్ బిళ్ళలు ఎప్పుడు వాడవలసిందీ, ఎలా వాడవలసిందీ డాక్టరమ్మ చెప్పుతున్నంతసేపూ తల ఊపి ఇంటికి వెళ్ళి “ఫోమ్ బిళ్ళ” అని వాడవలసిన పద్ధతిలో కాక నోట్లో వేసుకుని మింగేసింది. కడుపులో కలిగిన వికారానికి మరునాడు డాక్టరమ్మ దగ్గరికి వెళ్ళి “అబ్బ, ఏమిటి డాక్టరుగారూ బిళ్ళలు అసలే పెద్దవిగా ఉన్నాయి. మింగలేక చచ్చాను, ఏదో కష్టపడి మింగాను కదా అని అనుకుంటే, అంతటితో పోక కడుపులో వికారం ప్రారంభం అయింది” అంటూ చెప్పింది. తాను అంత చెప్పినా రత్నకుమారి చేసిన పనికి సవాలో, ఏడవాలో తెలియలేదు డాక్టరమ్మకి.

గర్భనిరోధక పద్ధతుల్లో ఫోమ్ బిళ్ళలు, నురగలాగా “ఫోమ్” ద్రవాలు కూడా వున్నాయి. వీర్యకణాలని నాశనంచేసే రసాయనకాలు సంయోగం సమయంలో యోని

మార్గంలో వాడే పద్ధతి చాలా ప్రాచీన కాలంనుంచి అమలులో ఉంది. 3500 సంవత్సరాల క్రితమే ఒక ఈజిప్టు రచయిత గర్భనిరోధకానికి తుమ్మబంక కలిపి తయారుచేసిన ద్రవం వాడబడుతుందని తన రచనలో తెలియజేశారు. రోజులు గడుస్తున్న కొద్దీ వీర్యకణాలని నాశనం చేసే గర్భనిరోధకరసాయనకాలు తయారయి వాడబడుతూ వచ్చాయి. ఈ రకమైనవి యోని మార్గంలో సంయోగ సమయంలో వాడినప్పుడు ఆ స్త్రీ ఆరోగ్యానికి ఎట్టి నష్టం కలగకుండా కేవలం వీర్యకణాలనే నాశనం చేసి గర్భాశయ కంఠాన్ని కూడా తాత్కాలికంగా మూసివేస్తాయి. ఇలా జరగబట్టి ఏ కొద్దిపాటి వీర్య కణాలయినా నిర్మూలించబడకుండా ఉంటే గర్భాశయ కంఠం మూసివేయబడి ఉండబట్టి దాని ద్వారా గర్భాశయంలోకి ప్రవేశించలేవు.

వీర్యకణాలని నాశనం చేసే 'ఫోమ్స్' గర్భం నిరోధించటంలో క్రీమ్స్, జెల్లీలుకంటే బాగా పని చేస్తాయి. ఈ "ఫోమ్" ఒక సురగలాంటి ద్రవం. దీనిని యోని మార్గంలో ప్రవేశ పెట్టగానే చాలా త్వర త్వరగా మొత్తం యోని మార్గం అంతా నిండిపోతుంది. పైగా గర్భాశయ కంఠాన్ని కూడా ఆక్రమించి, అందులోని ద్వారాన్ని మూసివేస్తుంది. జెల్లీలు, క్రీమ్స్ ఇలా యోనిమార్గాన్ని ప్రభావితం చేయడంగాని, గర్భాశయ ద్వారాన్ని మూసివేయడముగాని చేయలేవు. అంతేకాకుండా ఈ క్రీమ్స్, జెల్లీలు సంయోగ సమ

యంలోగాని, తరువాతగాని యోనిమూర్గం నుంచి కారినట్లయితే కొంత అసౌకర్యాన్ని కలిగిస్తాయి. ఈ “ఫోమ్స్”ని టిన్నులలో కాని, నీసాలలో కాని గట్టి ప్రెషర్ లో పాక్ చేసి ఉంచుతారు. ప్రత్యేకమైన అప్లికేటరు ద్వారా దానిని తీసి యోని మూర్గంలోకి ప్రవేశ పెట్టడం జరుగుతుంది. మామూలుగా “డెల్ఫిన్” ఫోమ్ని వాడడం జరుగుతుంది. ఈ ఫోమ్ చాలా తేలిక, ఉపయోక్తమైనదీను.

## ఫోమ్స్ ఫోమ్ బిళ్ళలు వాడే విధానము

ఫోమ్ వాడేముందు ఆ ద్రవాన్ని బాగా కుదపాలి. ఒక చిన్న పిచికారీలాంటిది ఫోమ్తో బాటు సరఫరా చేయబడుతుంది. పిచికారీని పూర్తిగా క్రిందకి నొక్కేసి ఫోమ్ ఉన్న దానికి బిగించినట్లయితే, దాని లోపల వున్న ప్రెషర్ వల్ల పిచికారీలోకి ఫోమ్ చేరుకుంటుంది. నిదానంగా ఫోమ్తో నిండిన పిచికారీని తీసుకుని యోని మూర్గంలోకి ప్రవేశపెట్టి పిచికారీ పిస్టల్ని నొక్కాలి. అలా చేయగానే ఫోమ్ యోని మూర్గంలోకి చేరిపోతుంది. ఫోమ్ ట్యూబ్లెట్లని అయితే యోని మూర్గంలోకి రెండుప్రేళ్ళతో పట్టుకుని లోపలికల్లా ప్రవేశపెట్టాలి. ఫోమ్స్ గాని, ఫోమ్ బిళ్ళలు కాని యోని మూర్గంలోకి ప్రవేశపెట్టిన తరువాత ఒక గంటలోగానే సంయోగం చేయాలి. గంట గడచిన తరువాత సంయోగంలో పాల్గొంటే వాటి ఫలితం లేకుండా అయిపోతుంది. తిరిగి వాటిని యోని

మార్గంలోకి జొప్పించి సంయోగంలో పాల్గొనవలసి వస్తుంది. ఒకవేళ వీటిని యోనిమార్గంలోకి ప్రవేశపెట్టి సంయోగంలో పాల్గొనకుండానే లేచి నడిచి మల మూత విసర్జనలలో జీని కయినా వెళ్ళవలసివస్తే మళ్ళీ నాటిని వాడవలసిందే. ఈ ఫోమ్స్ తాత్కాలికంగా అంటుకొని బట్టలకి రంగు వచ్చినా ఆ మరకలు ఉతికితే పోతాయి.

ఒకవేళ సంయోగం అవగానే డూమ్ చేసుకోవలసిన అవసరం వుంటే ఈఫోమ్స్ వాడేటప్పుడు కనీసం ఆరుగంటలు డూమ్ చేసుకోకుండా కూడా ఆగవలసి వుంటుంది. ఎందుకంటే సంయోగ సమయంలో యోనిమార్గంలో ప్రవేశించిన వీర్యకణాలన్ని ఒక్కసారిగా నిర్మూలించబడవు. కొన్ని వీర్యకణాలు వీర్యస్కలనం అయిన తరువాత కొన్ని గంటలపాటు జీవించే వుంటాయి. డూమ్ పెంటనే చేసుకుంటే ఫోమ్ తుడిచి పెట్టుకుని పోతుందికాని వీర్యకణాలు కొన్ని మాత్రం యోని మార్గంలో అంటిపెట్టుకొనే వుంటాయి. ఫోమ్స్ వాడేటప్పుడు డూమ్ చేసుకునే అలవాటు మంచిది కాదు. ఫోమ్స్ వాడేవాళ్ళు సంయోగానికి ముందు ఫోమ్స్ వాడి తిరగడం తప్ప. అయినా సంయోగానంతరం లేచి తిరగవచ్చు.

ఫోమ్స్ గాని, పోమ్ బిళ్ళలుగాని వాడితే కేన్సరులాంటివి యేవీ రావు. అలాగే ఫోమ్స్ వాడినప్పుడు గర్భం వస్తే గర్భంలోని బిడ్డకి యెటువంటి అవలక్షణాలు రావు. ఒక విషయం మాత్రం గుర్తుంచుకోవాలి. ఫోమ్స్ గాని, పోమ్

బిళ్ళలుగాని నూటికి నూరుపాళ్ళు గర్భం రాకుండా అరికడ  
తాయని చెప్పడం కష్టం. కొన్ని సందర్భాలలో ఈ పద్ధతి  
పరిచేయక గర్భం రావచ్చు.

★ ★ ★

## 10. కాయిటన్ రిజర్వేటన్

అనంతం అనూహ్యమైన పనులు చేస్తూ వుంటాడని  
అతని స్నేహితులందరికీ తెలుసు. కాని కుటుంబ నియంత్రణ  
పద్ధతిగా అతను అవలంబించే పద్ధతి అలా వుంటుందని ఎవరూ  
ఊహించలేదు. అనంతం దృష్టిలో అతను అవలంబించే  
పద్ధతే తేలికైనది, ఖర్చులేనిది. పైగా మగవానికి ఆమాత్రం  
సంయమం లేకపోతే ఎందుకని వాదిస్తాడు. ఇతరుల విషయం  
ఎలావున్నా అతని సంయమనానికి అభివందనా లర్పించవల  
సిందే. అతనిలో భార్య ఎడల తన కర్తవ్య నిర్వహణ,  
సంతాన నిరోధం ఎడల పట్టుదల లేనిదే రతిలో వీర్యస్కల  
నం జరగకుండా భార్యకు సుఖప్రాప్తి ఎలా కలిగించగలడు?  
అందుకోసమే అనంతం రతిలో తాను ఎక్కువ ఉండేకడ  
కుండా బాహ్యప్రేరణ పద్ధతుల ద్వారా భార్యని తాగా

ఉద్ది కృపరచి సంయోగంలో వీర్యస్కలనం అవకుండా నిభా  
యించుకునే శక్తిని అలవర్చుకున్నాడు. ఎక్స్పైడెనా సంయో  
గంలో వీర్యస్కలనం అయిపోతుండేమోనన్న అనుమానం  
వుంటే రతిలో పాల్గొనడానికి కొద్ది నిమిషాల ముందు  
హస్తప్రయోగం ద్వారా వీర్యనష్టం కలిగించుకొని అసలు  
రతిలో అంత త్వరగా వీర్యస్కలనానికి ఆస్కారం తేకుండా  
చూచుకునేవాడు. రతిలో వీర్యస్కలనం కాకుండా వుండ  
టం, అదే సమయంలో భార్యకి ఎటువంటి అనంతృప్తి కలగ  
కుండా చూడటం అతని ఉద్దేశ్యం. భార్యకి సుఖప్రాప్తి కలి  
గిందని భావించగానే ఇక తనుకూడా ఉద్రేకాన్ని చల్లార్చు  
కుని, వీర్యస్కలనం అవకుండా ఆపేసుకోవడం అతను అవ  
లంబించే పద్ధతి.

సంతాన నిరోధక పద్ధతిగా అనంతం అవలంబించే  
పద్ధతినే “కాయిటన్ రిటర్వేటన్” అని అంటారు. ఈ పద్ధ  
తిని పురుషుడు స్త్రీకి సుఖప్రాప్తి కలగడం కొరకు యోనిలో  
పురుషాంగ ప్రవేశం జరిపి రతి నిర్వహించినా, యోనిలోపల  
కాని, బయటగాని వీర్యస్కలనము చేయడమంటూ వుండదు.  
రతి చివరలో పురుషుడు వీర్యస్కలనం జరగకుండానే ఉద్రే  
కాన్ని చల్లార్చుకుని పురుషాంగాన్ని కుంచించుకుపోయేట్లు  
చేసుకుంటాడు. “కాయిటన్ ఇంజేర్ప్టన్”లో అయితే పురు  
షుడు రతిలో పాల్గొని వీర్యస్కలనం అనభోయే సమయా  
నికి పురుషాంగాన్ని యోనిలో నుంచి ఉపసంహరింపజేసి



బయట వీర్యస్కలనము అయ్యే విధంగా చేయడం జరుగుతుంది. అసంతం చేసే ఈ పద్ధతి ఏ కొద్ది పురుషులలో నిర్వహించగలరు.

అలా చేయడంవల్ల కొన్ని శారీరక, మానసిక బాధలకు దంపతులు గురికావడంకూడా జరగవచ్చు. ఒక్కొక్కసారి ఎంత సంయమంగా నిభాయించుకున్నా, రతిలో పాల్గొన్నప్పుడు పురుషాంగం నుంచి వచ్చే పలచని ప్రోప్టీటు ద్రవములు వీర్యకణాలు వుండి గర్భం రావచ్చు. ఏది యెలావున్నా “కాయిటన్ రిజర్వేటన్” పద్ధతి ద్వారా అరగంట, గంట నై పుణ్యంతో రతి నిర్వహించగలిగిన వ్యక్తులు లేకపోలేదు.



## ... డూష్

సంయోగం అయిపోగానే (స్త్రీ) వెంటనే లేచిపోయి డెట్టాల్ నీళ్ళతోగాని, పెర్సాంగనేటు నీళ్ళతోగాని వీర్య కణాలని నిర్మూలించే రసాయనిక ద్రవాలతో కలిసిన నీళ్ళతోగాని డూష్ చేసుకునే అలవాటు కొందరిలో వుంది. ఇలా చేయబట్టి గర్భం రాకుండా చేసుకోవచ్చని భావిస్తారు. ఎనిమా చేసుకొనే డబ్బాలో లోషన్ నీళ్ళు పోసి వుంచుకుని ఆ డబ్బాని ఎత్తుగా తగిలించివుంచి అందులోంచి నీరు వచ్చే రబ్బరు గొట్టానికి నాజిల్ బిగించటం జరుగుతుంది. సంయోగం అయిపోగానే కూర్చునో, పడుకునో, ఆ నాజిల్ యోనిలోకి పోనిచ్చి ఆ నీళ్ళతో యోనిలో స్కలనమయిన వీర్యాన్ని కడిగి వేసుకోవడం జరుగుతుంది. ఈ “డూష్” పద్ధతి గర్భం రాకుండా చేసుకొనడానికి కొంత ఉపయోగపడినా సంయోగం జరగగానే లేచిపోయి వెంటనే డూష్ చేసుకోవటం అనేది రతి యెడల అసంతృప్తిని కలిగిస్తుంది. అంతే కాకుండా డూష్ సరిగా చేసుకోకపోతే మిగిలిపోయిన వీర్యకణాలు గర్భము రావడానికి దోహదము చేయవచ్చు. అదీ కాక రోజూ డూష్ చేసుకోవడంవల్ల యోనిలో వుండి యోనికి రక్షణ కల్పించే మంచి బాక్టీరియా క్రిమీలు నశించిపోయే ప్రమాదం ఉంది. అందుకని గర్భనిరోధక పద్ధతిగా రోజూ డూష్ వాడటం మంచిదికాదు.



## 2. నూతన గర్భనిరోధక పద్ధతులు

కుటుంబ నియంత్రణ కొరకు రోజూ మాత్రలు మింగుతున్న సంధ్యకు కొన్ని రోజులయ్యేసరికి వాటిని గుర్తువుంచుకుని వేసుకోవాలంటే విసుగుగా అనిపించడం జరుగుతోంది. దానికి తోడు అవి వేసుకుంటే కడుపులో తిప్పినట్లు, కాళ్ళు పీకినట్లుగా వుండటంతో మాత్రలు మింగడానికి విరక్తి కలుగుతోంది. అందుకని ఓ సంధ్యా సమయాన సంధ్య డాక్టరు దగ్గరికి వెళ్ళి “డాక్టర్, రాత్రి అవుతోందంటేనే మాత్ర గురించి గుర్తు పెట్టుకోవడం, అది మింగి బాధ పడడం తప్పడం లేదు ఇలా బాధపడకుండా ఇంకా తేలికైన పద్ధతులు కొత్తవేమీ కనిపెట్టలేదా?” అంటూ ప్రశ్నించింది.

సంధ్య అడిగిన దానిలో తప్పేమీ లేదు అందుకనే రోజురోజుకీ కుటుంబనియంత్రణ పద్ధతుల్లో తేలికగా అమలు పరచగల వాటి గురించి పరిశోధనలు ఎక్కువ జరుగుతున్నాయి. ఇప్పుడు మార్కెట్టులో లభ్యమవుతున్న కుటుంబ నియంత్రణ మాత్రల్లో ఈస్ట్రోజన్-ప్రోజెస్టిరోన్ హార్మోన్లు రెండూ కలిసి వుంటున్నాయి. వీటిలో ఈస్ట్రోజన్ హార్మోన్లు ఉండబట్టే కడుపులో వికారం, కాళ్ళతీపులు మొదలైన

లక్షణాలు వస్తున్నాయి. అందుకని కేవలం ప్రొజెస్టిరోన్ తోనే తయారుచేసిన కుటుంబనియంత్రణ మాత్రలు ప్రయోగాత్మకంగా వాడటం జరుగుతోంది. వీటివల్ల ఎటువంటి వికారం కడుపులో లేకపోయినా, ఈ మాత్రల కుండవలసిన ఇబ్బందులు మరొక రకంగా వుంటున్నాయి. ఈ ప్రొజెస్టిరోన్ మాత్రలు వాడే వాళ్ళలో బహిష్టులు అస్తవ్యస్తంగా తయారవుతున్నాయి. మామూలుగా వాడే మాత్రలవల్ల అండము విడుదలంటూ వుండదు.

## కొత్తరకం మాత్రలతో కొత్త ఇబ్బందులు

కాని ఈ కొత్తరకం బిళ్ళలు వాడే వాళ్ళలో అండం విడుదల మామూలుగానే ఉంటుంది. కాని వీర్యకణాలతో కలయిక పొంది పిండంగా ఎదగడం జరగదు. ఈ కొత్త మాత్రలు వాడేవాళ్ళు, ఏ ఒక్కరోజు అయినా మాత్ర వాడటం మరచిపోతే వెంటనే గర్భం రావడానికి అవకాశాలు ఎక్కువగా వున్నాయి. అండం విడుదల వుండి కూడా ఈ మాత్రలు వాడుతూ వుంటే గర్భము రాకుండా ఎలా వుంటుందని అనుమానం కలగవచ్చు. ఈ మాత్రలు వాడుతున్నప్పుడు గర్భాశయ కంఠంలో చిక్కని ద్రవంలాటిది ఎక్కువగా తయారవుతూ ఉండి గర్భాశయ కంఠాన్ని మూసివేసి వుంచుతుంది. ఇలా ఆ చిక్కని ద్రవంవల్ల గర్భాశయానికి దారి అడ్డుపడి ఉండబట్టి వీర్యకణాలు గర్భాశయం

లోకి ప్రవేశించలేవు. ఈ మాత్రలు వాడుతున్నప్పుడు గర్భాశయం లోపలి పొరకూడా అండము ఎదుగుదలకి అనుకూలంగా లేకుండా తయారవుతుంది అందుకని ఒకవేళ ఏదో ఒక విధంగా వీర్యకణాలు గర్భాశయంలోకి ప్రవేశించి అటుపైన అండవాహికల్లో అండంతో కలయిక పొంది గర్భాశయంలోకి పిండంగా ఎదగడానికి చేరినా గర్భాశయము అందుకు అనుకూలంగా ఉండదు. కడుపులో వికారం లాంటిది కలగకపోయినా బహిష్టుల విషయములో అస్తవ్యస్తత ఎక్కువగా కలగడంవల్ల, ఈ బిళ్ళలు కూడా రోజూ వేసుకోవలసి ఉండటంవల్ల ఈ క్రొత్త మాత్రలకి తగిన ప్రోత్సాహం లభించటంలేదు.

## చిన్న గుళికతో సంతాన నిరోధం

ప్రొజెస్టిరోన్ తయారుచేసిన మందు గుళిక ఒకదానిని ఒకసారి చేతి దగ్గర చర్మం లోపలికి క్రింద ఎక్కించేసినట్లయితే రోజూ మాత్రలు మింగే పని లేకుండా పోతుంది. ఇలా చర్మం లోపలికి పంపిన గుళికనుంచి నిదానంగా మందు వదలబడుతూ గర్భం రాకుండా అరికట్టుతుంది. ఈ గుళిక పెన్సిల్ మొన అంత చిన్న సైజులో ఉండి ఒక పెద్ద సైజు సూదిద్వారా చర్మం క్రిందకి ప్రవేశపెట్టడం జరుగుతుంది. తిరిగి ఎప్పుడు పిల్లలు కావాలనుకుంటే అప్పుడు ఆ గుళికని

బయటకు తీసివేయవచ్చు. ప్రయోజనాత్మకంగా వున్న ఈ పద్ధతి చాలా తేలికగా వున్నా, దీనివల్ల కూడా బహిష్టులు సర్దిగా ఉండకపోవడం, ఆరోగ్యంలో కొన్ని చికాకులు రావడం ఉంటున్నాయి. ఈ ఇబ్బందులను సరిదిద్దకలిగినట్లయితే ఈ పద్ధతి కూడా వీలుగా ఉంటుంది.

## యోని మార్గంలో రింగు పద్ధతి

ప్రొజెస్టిరోన్ మాత్రలవల్ల, గుళికలవల్ల బహిష్టుల అస్తవ్యస్తత లాంటి బాధలుంటే అటువంటివి అంతగా వుండకుండా యోని మార్గంలో ప్రొజెస్టిరోన్ మందుతో తయారుచేసిన రింగు ప్రవేశపెట్టే పద్ధతి మరొకటి ఉంది. బహిష్టు ప్రారంభం అయిన రోజునే ఈ రింగుని యోని మార్గం లోపలికల్లా ప్రవేశపెట్టినట్లయితే, అందునుండి వెలువడేమందు వల్ల గర్భాశయకంఠము చిక్కని పదార్థము తయారుచేసి గర్భాశయ కంఠద్వారాన్ని వీర్యకణాలు పయనంచేయడానికి వీలులేకుండా మూసివేయబడడం జరుగుతుంది. ఇలా రింగుని మూడువారాలు లోపల వుంచి తీసినట్లయితే మామూలుగా బహిష్టు రావడానికి అవకాశం వుంటుంది. ఈ రింగు యోని మార్గంలో ఉన్నా సంయోగ సమయంలో ఎటువంటి అడ్డురాదు. ఈ పద్ధతి బాగున్నాయింకా పరిశోధనల దశలోనే వుంది.

## నెలకి ఒక్కటే బిళ్ళ లేక ఒక్కటే ఇంజక్షన్

ఈస్ట్రోజన్, ప్రోజెస్టిరోన్ తో కలిపి తయారుచేసి ఎక్కువ మోతాదు గల బిళ్ళ నెలకు ఒకసారే వేసుకుంటే సరిపోయే విధంగా తయారు చేయడం జరిగింది. కాని ఈస్ట్రోజన్ హార్మోనులవల్ల కలిగే వికారాలు ఈ మాత్రలో కూడా తీసివేయకపోవడం, ఇతర ఇబ్బందులవల్ల ఈ మాత్ర యింకా పరిశోధనాలయంలోనే ప్రయోగాల మధ్య ఉండిపోయింది. అదే విధంగా నెలకి ఒక ఇంజక్షన్ గా ప్రోజెస్టిరోన్ హార్మోను ఉపయోగించినా, దీనివల్ల కూడా అంతగా సంతృప్తికర ఫలితాలు కనబడలేదు.

మగవాళ్ళలో వీర్యకణాల ఉత్పత్తిని తాత్కాలికంగా నిరోధించే పద్ధతి గురించి కూడా పరిశోధనలు జరుగుతున్నాయి. ఇవే విజయవంతమయినట్లయితే యిక స్త్రీలు మాత్రలు వేసుకోవడం మానివేసి, భర్తని రోజూ మాత్ర మింగావా లేదా అని సంజాయిషీ చేయవచ్చు.

## వాక్సిన్

మశూచి, కలరా రాకుండా ఏ విధంగా వ్యాధి నిరోధక ఇంజక్షన్స్ వున్నాయో అదే విధంగా సంయోగ సమయంలో యోని మార్గంలోకి ప్రవేశించిన వీర్యకణాలని నిర్మూలించేందుకు వాక్సిన్ తయారుచేయాలని కృషి ప్రారంభం

అయింది. వాక్సీను వల్ల శరీరంలో యాంటిబాడిస్ తయారయి, వీర్యకణాలని అండంతో కలయిక పొందకుండా నిర్మూలించడం చేయవచ్చు. ఇటువంటి వాక్సీన్ తయారు చేయడంలో వైద్య శాస్త్రజ్ఞులు విషయం సాధించగలిగినట్లయితే కుటుంబనియంత్రణ విషయంలో ఎంతో ప్రగతి సాధించినట్లే అవుతుంది. ఈనాడు గర్భనిరోధక ప్రక్రియలుగా కొత్తగా ఎన్నో ప్రయోగాలు చేస్తున్నా అవన్నీ యింకా ఆచరణలో అంత ఉపయోగకరంగా లేకుండా వున్నాయి.

### కొత్త పద్ధతులు కొత్త ఆలోచనలు

పై విధంగా చూసినట్లయితే కుటుంబనియంత్రణకి సంబంధించిన అనేక కొత్త పద్ధతులు, కొత్త ఆలోచనలు వస్తున్నాయి.

గర్భాశయంలో ప్రవేశపెట్టే సంతాన నిరోధ సాధనాల్లో లిప్సీస్ లూప్, కాపర్-టి లూప్ లే కాకుండా సిల్వర్ లూప్ లు, ప్రొజెస్టివనల్ స్టిరాయిడ్స్ ప్రయోగాల్లో ఉన్నాయి.

ముక్కుకి సంబంధించిన మ్యూకస్ పొరల్లో సంతాన నిరోధానికి స్టిరాయిడ్స్ అమర్చి సంతానం కలగకుండా చేసే ప్రయోగాలు కూడా జరుగుతున్నాయి. ఇటువంటి ప్రయోగాలు కోతుల విషయంలో జరపగా చక్కని ఫలితాలు కనబడ్డాయి. సంతాన నిరోధానికి నోటిద్వారా తీసు



కునే మాత్రకంటే ముక్కు పొరల్లో అమరిచ్చిన ప్రొజెస్టి  
రోన్ సెరెబ్రోస్పయినల్ ఫ్లూయిడ్ లో 10-100 రెట్లు కన  
బడింది. ఈ ఫలితాలే మానవ ప్రయోగాల్లోకూడ విజయ  
వంతమైనట్లయితే చాలా తక్కువ మోతాదులో హార్మోన్లు  
సరిపోతాయి. తక్కువ మోతాదులో హార్మోన్లు సరిపోయి  
నప్పుడు వాటి దుష్ఫలితాలు కూడా చాలా తక్కువ  
ఉంటాయి.

ప్రోస్టాగ్లాండిన్స్  $E_2$ ,  $F^2$  ఆల్ఫా కాంపౌండ్లు గర్భప్రా  
వానికి తోడ్పడతాయి. ప్రోస్టాగ్లాండిన్స్ కూడా ఏ విధంగా  
తోడ్పడతాయనే విషయంలో విస్తృత పరిశోధన జరుగు  
తోంది.

ఇమ్యూనోలాజికల్ పంథా కూడా ఫామిలీ ప్లానింగ్  
విషయంలో ఆలోచించడం జరుగుతోంది. ఫాలికుల్ స్టిమ్యు  
లేటింగ్ హార్మోను మగవాళ్ళల్లో వీర్యకణాల ఉత్పత్తికి,  
వృద్ధికి తోడ్పడుతుంది. అందుకని ఈ హార్మోనుకి యాంటీగా  
(వ్యతిరేకంగా) పదార్థాలని శరీరంలో ప్రవేశపెట్టినట్లయితే  
వీర్యకణాల ఉత్పత్తి లేకుండా చేయవచ్చుననే ఒక ఆలో  
చన ఉంది.

శాశ్వత సంతాన నిరోధ పద్ధతులుగా వాసెక్టమీ,  
ట్యూబెక్టమీ పద్ధతులు ఆచరణలో ఉన్నాయి. ఆపరేషన్  
నుతో సంబంధం లేకుండా, ఆయా ట్యూబులని కత్తిరించ  
కుండా శరీరంలోకి ఒక ప్రత్యేక పదార్థం ఇంజెక్ట్ చేసి ఆ

ట్యూబులు మూసుకుని పోయే విధంగా చేయాలని ఒక ఆలోచన ఉంది. అయితే అలా చేయడం వలన ఆ ట్యూబు లకి సంబంధించిన మొత్తం మార్గాలు మూసుకుని పోతాయి. దానివల్ల ఎప్పుడైనా సంతానం కావాలనుకున్నప్పుడు రీకెన్లైజేషన్ ఆపరేషను చేయడానికి అవకాశం లేకుండా పోతుంది.

ట్యూబులు మూసుకుని పోయే ద్రవం బదులుగా వీర్యవాహికలకిగాని, అండవాహికలకి గానీ క్లిప్సలు, రింగ్ లు బిగించే పద్ధతి గురించి కొన్ని ప్రయోగాలు జరుగు తున్నాయి, సంతానం తిరిగి కావాలనుకున్నప్పుడు ఈ క్లిప్స లని, రింగులని తీసివేస్తే సంతానం కలిగే అవకాశం ఉండ వచ్చు. ఈ విషయంలో ప్రయోగాలు జరుగుతున్నాయి.



## 3. శరీర ఉష్ణోగ్రతలో మార్పు-

### కుటుంబ నియంత్రణ

అండం విడుదల సమయంలో శరీర ఉష్ణోగ్రత అకస్మాత్తుగా ఒక డిగ్రీ ఫారన్ హీట్ పెరుగుతుంది. దీనినే 'బేసల్ బాడీ టెంపరేచర్' పెరగడం అంటారు.

నెల నెలా సక్రమంగా బహిష్టు అయ్యే స్త్రీలోగాని, కాని స్త్రీలో గాని అండం విడుదల సమయంలో ఇలా ఒక డిగ్రీ ఉష్ణోగ్రత పెరుగుతుంది. అందుకని అండం విడుదలని ధర్మామీటరు సహాయంతో చక్కగా గుర్తించవచ్చు. సక్రమంగా బహిష్టులు అయ్యే స్త్రీలో కొన్ని నెలలపాటు వరసగా 'బేసల్ బాడీ టెంపరేచరు'ని కొలచి నెలలో ఏ రోజున ప్రతీసారి ఉష్ణోగ్రత పెరుగుతున్నదో గమనించినట్లయితే కుటుంబనియంత్రణని పాటించే దంపతులు ఆ రోజుకి కాస్త ముందు, కాస్త తరువాత రతిలో పాల్గొనకుండానో, పాల్గొన్నా ఇతర సాధనాలని ఉపయోగించి గర్భం రాకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు.

అండం విడుదల తెలుసుకోవడం కోసం స్త్రీ తాను బహిష్టు అయిన మొదటిరోజునుంచి, తిరిగి బహిష్టు అయ్యే

వరకు రోజూ ఉదయంపూట నిద్రనుంచి లేవగానే ధర్మామీటరుని నోటిలో పెట్టుకుని రెండు నిమిషాలు ఉంచుకోవాలి. తరువాత నోట్లనుంచి ధర్మామీటరుని నోట్లనుంచి తీసి టెంపరేచరు ఎంత ఉందో ఒక కాగితం మీద నోట్ చేయాలి. టెంపరేచరు చూసుకునే వరకు బెడ్ దిగకూడదు. ఏ పని చేయకూడదు. నోట్ల వేడినీళ్ళుగాని, చన్నీళ్ళుగాని పోసుకోవడం చేయకూడదు. కాఫీగాని, టీగాని, మంచి నీళ్ళుగాని త్రాగకూడదు. అలా నోట్ చేసిన టెంపరేచర్ ని కాగితం మీద ఆ రోజు తారీఖు వేసి దానికి ఎదురుగా వేయాలి. టెంపరేచర్ ని నోట్ చేసిన తరువాత ధర్మామీటరుని విదిలించి, పాదరసం నార్మల్ కంటే ఇంకా తక్కువ లెవల్ ఉండేటట్లు చూసి చన్నీళ్ళతో దానిని కడగి భద్రంగా దాచి పెట్టాలి. ఇలా రోజూ ఉదయం టెంపరేచర్ చూస్తూ తిరిగి బహిష్టు కనబడే వరకు ఆ నెలది నోట్ చేయాలి.

సాధారణంగా మొదట కొద్దిరోజులు శరీర ఉష్ణోగ్రత 97.6 తేక 98 డిగ్రీల ఫారన్ హీట్ ఉంటుంది. ఇలా ఉన్న ఉష్ణోగ్రత అకస్మాత్తుగా 98.6 తేక 99 డిగ్రీల ఫారన్ హీట్ కి పెరుగుతుంది. ఈ పెరిగిన ఉష్ణోగ్రత 10-12 రోజులు అలాగే కొనసాగుతుంది. తరువాత తగ్గిపోయి రెండు మూడు రోజుల్లో బహిష్టు ప్రావం కనబడుతుంది.

అకస్మాత్తుగా ఉష్ణోగ్రత పెరిగిన రోజు అండం విడుదలైన దానికి గుర్తు అండం విడుదలైన దగ్గర నుంచి శరీర

ఉష్ణోగ్రత పెరగడానికి కారణం ఆ రోజునుంచి ప్రొజెస్టిరోన్ హార్మోను మరింత ఎక్కువ ఉత్పత్తి అవడమే.

ధర్మామీటరు సహాయంతో శరీర ఉష్ణోగ్రతని గమనిస్తున్న కొందరిలో ఉష్ణోగ్రత పెరగడానికి ఒక పూట గాని, ఒక రోజు ముందుగాని అంతకు ముందు ఉన్న శరీర ఉష్ణోగ్రత ఒక అరడిగ్రీ పడిపోవడం కనబడుతుంది. సరిగ్గా అండం విడుదలయ్యే ముందు కొందరిలో శరీర ఉష్ణోగ్రత పడిపోయి మళ్ళీ వెంటనే పెరుగుతుంది. కొందరిలో ఉష్ణోగ్రతలో అకస్మాత్తుగా మార్పు కనబడిన రోజున పొత్తి కడుపులో నొప్పి అనిపించడం, కొద్ది చుక్కలు రక్తస్రావం అవడం ఉంటాయి. ఇవన్నీ అండం విడుదలకి చిహ్నాలే.

ఈ ఉష్ణపట్టికలు (టెంపరేచర్ ఛార్టులు) వలన ఆ స్త్రీలో అండం విడుదల ఎప్పుడు అవుతున్నదీ స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. దానిబట్టి కుటుంబనియంత్రణని పాటించే స్త్రీలు జాగ్రత్తపడవచ్చు. అయితే లూప్ వేయించుకున్నవారు, నోటి మాత్రలు వాడేవారు, టుడే వంటి వెజైనల్ టాబ్లెట్లు వాడేవారు, భర్తలు నిరోధ వాడేవారు అయినప్పుడు ఉష్ణోగ్రత పట్టిక అవసరం లేదు. సేఫ్ పిరియడ్, క్వాయిటన్ రిజర్వేటన్ పాటించేవారు శరీర ఉష్ణోగ్రతని గమనించి దాని ప్రకారం జాగ్రత్త పడటం మంచిది.

## 24. డీప్ ఎక్స్ ప్లరే పద్ధతి

అందానికి మారుపేరు ఛాయా దేవి అని చెప్పుకోవచ్చు నేమో! అంత ఛార్మింగ్ గా ఉండే ఛాయా దేవికి నిండా యిరవై సంవత్సరాలైనా నిండకుండానే పెళ్ళి అయిపోవడము, ఇద్దరు పిల్లలు పుట్టేయడము కూడా అయిపోయింది. ఇంతటితో పిల్లలు పుట్టకుండా ఫుల్ స్టాప్ పెట్టేయాలని నిశ్చయించుకున్నది. ఇంజక్షన్ సూది అంటేనే అదిరిపడే ఛాయా దేవి మనసులో ఆపరేషన్ అనే భావం రాగానే బెదిరిపోయింది. ఆపరేషనుకి బదులుగా మరో మార్గం లేదా అని ఆలోచిస్తూ వుండగా ఎవరో చెప్పిన ఒకమాట ఎంతో ఊరట కలిగించింది. వారు చెప్పిన ప్రకారము పిల్లలు వద్దనుకుంటే ఆపరేషను లేకుండా ఆపుచేయవచ్చు. అంతేకాదు, పిల్లలు పుట్టడము ఆగిపోవడముతోపాటు నెల నెలా వచ్చే బహిష్టులు కూడా లేకుండా అయిపోతాయి. పిల్లలతో, నెల నెలా బహిష్టులతో సతమతమయ్యే స్త్రీలకు ఇంతకంటే మంచిమాట మరొకటి ఏమీ ఉంటుంది? ఇలా ముచ్చట పడి పోయిన ఛాయా దేవికి ముడుపు చెల్లించుకుని ఇకముందు ముట్లు లేకుండానూ, మూడవసంతానం మాట లేకుండానూ కరెంటు పెట్టించుకుని వచ్చింది. ఇంత ముచ్చటపడిన

ఛాయాజీవికి మూడుపదుల వయస్సు నిండక ముందే ముసలి తనం వచ్చేసింది. ఇరవై అయిదు సంవత్సరాల ఛాయాజీవిలో అరవై అయిదు సంవత్సరాల వయస్సులో ఉండే అనారోగ్యం వచ్చేసింది. ముఖంలో మొన్నీమధ్య వరకు ఉన్న బ్యూటీ లేదు. రక్తహీనతతోపాటు మొఖం పాలిపోయి కళాహీనంగా వుంది. వంకీలు తిరిగే జట్టు ఊడిపోయి ఉత్త బోడిగుండుగా కాబోతుంది. నడుములో ఓపిక లేకుండా నడకలో ఊపులేదు. ఛార్మింగ్ లేడీ అయిన ఛాయాజీవి చేవ లేకుండా అయిపోయింది.

ఛాయాజీవి అలా అయిపోవడానికి కారణం ఆమె కరెంటు అంటూ చేయించుకున్న చికిత్సే కారణం. దీనిని డీప్ ఎక్స్పోజే ట్రీట్ మెంటు అని, రేడియేషను చికిత్స అనీ అంటారు.

## ముప్పు తెచ్చే డీప్ ఎక్స్పోజే

డీప్ ఎక్స్పోజే చికిత్స కేవలం కేన్సర్ వచ్చినప్పుడు కేన్సర్ కి సంబంధించిన వుండుని మాడ్చి వేయడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఈ డీప్ ఎక్స్పోజే కిరణాలు కేన్సర్ కణితిని కాకుండా మామూలుగా ఆరోగ్యకరంగా ఉండే కణాలని కూడా మాడ్చివేస్తాయి. ఇలాంటి గుణం వాటికి ఉండబట్టి అరుదుగా కొందరు డీప్ ఎక్స్పోజేని ఉపయోగించి గర్భకోశాన్ని, అండా

శయ్యాల్ని ఎప్పటికీ పని చేయకుండా అణచిపేస్తున్నారు. దీనివల్ల ఇక గర్భం రావడం కాని, బహిష్టులు కలగడంగాని ఉండవు.

## ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషను బదులుగా డీప్ ఎక్స్రే పెట్టించుకోవచ్చా?

ఆపరేషనుకి బదులుగా డీప్ ఎక్స్రే ట్రీట్ మెంటు పూర్తిగా తప్పపద్ధతి. డీప్ ఎక్స్రేగాని, రేడియం సూదులు గాని, కోబాల్టు ట్రీట్ మెంటుగాని ఏవి అయినప్పటికీ అవన్నీ కేవలం కేన్సర్ వచ్చినపుడు చికిత్సగా ఉపయోగించవలసిందే తప్ప, ఆరోగ్యకరంగా ఉండే టియూలోని శరీరభాగాలని మాడ్చివేయడానికి ఏ ఒక్కతం ఉపయోగించరాదు. ఒక సీనియర్ రేడియాలజీ ప్రొఫెసర్ ఈ విషయంపై స్పష్టంగా వివరించి చెబుతూ డీప్ ఎక్స్రే చికిత్సని కుటుంబ నియంత్రణ ఆపరేషన్లకి బదులుగానూ, అబార్షన్లు అయ్యేటట్టు, బహిష్టులు పూర్తిగా లేకుండా చేసేటట్లుగానూ ఉపయోగించడం చాలా ప్రమాదకరం. వీటికొరకు డీప్ ఎక్స్రే ఉపయోగించడంవల్ల వచ్చే సూమూలుగా కలిగే బాధలు అటుంచి, కేన్సర్ లేనివారికి కేన్సర్ కలిగేటట్లు చేయడమవుతుందని వివరించారు.



## డీప్ ఎక్స్ రేవల్ల కేన్సర్ ఎందుకు వస్తుంది?

డీప్ ఎక్స్ రేని కేన్సర్ వచ్చినపుడు అది నివారించ బడటానికి చికిత్సగా ఉపయోగిస్తారుకదా, మరి దానివల్ల నే-  
ట్యూబెక్ట్ మీ ఆప రేషనుకి బదులుగా ఉపయోగించినప్పుడు  
కేన్సర్ ఎందుకు రావాలని కొందరు అడుగుతూ వుంటారు.  
కాని ఏ ఎక్స్ రే కిరణాలకి కేన్సర్ కలుగుతున్నా మాడ్చివేసే  
శక్తి వుందో, వాటికే కేన్సర్ ని కలిగించే గుణం కూడా  
ఉందని తెలుసుకోవాలి. అందుకనే మామూలు పరిశ్రమ  
లలో రేడియంతో కాని, ఎక్స్ రేలతో కాని పనిచేసే వాళ్ళలో  
వాటి ప్రభావంవల్ల కేన్సర్ ఎక్కువగా వస్తూ వుంటుంది.  
న్యూక్లియార్ లోనూ, న్యూ జెన్రీలోనూ చేతి గడియారాల  
పరిశ్రమలలో గడియారాల ముల్లులకు, అంకెలకు రేడియం  
పెయింట్ చేసే పనివాళ్ళలో ఎముకలకి సంబంధించిన కేన్సర్  
జబ్బు ఎక్కువగా కనబడుతుంది కారణం రేడియం కిర  
ణాలు శరీరంలోకి ప్రవేశించి హాని కలిగించడమే. అదే  
విధంగా హీరోషిమా, నాగసాకిల మీద ఆటంబాంబు పడిన  
ప్పుడు ఆ ఎక్స్ రే కిరణాలు తగిలిన ఎందరో ప్రజలు రక్తం  
లోని కేన్సర్ జబ్బులకి గురికావడం జరిగింది. అదే విధంగా  
ఆప రేషనుకి బదులుగా డీప్ ఎక్స్ రే ట్రీట్ మెంటు చేయించు  
కుంటే ఆరోగ్యకరమైన గర్భాశయ కణాలలో కేన్సర్ కి  
సంబంధించిన లక్షణాలు నిదానంగా కొంతకాలానికి ప్రారంభ  
మనడానికి అవకాశం ఉంది.

డీప్ ఎక్స్రే చికిత్స చేయించుకున్న వాళ్ళలో గర్భాశయానికి కేన్సర్ వచ్చినవాళ్ళు ఉన్నారా?

ఒక సీనియర్ రేడియాలజీ ప్రొఫెసర్ పరిశీలన ప్రకారం ఆపరేషనుకి బదులుగా డీప్ ఎక్స్రే పెట్టించుకున్న అధిక శాతం స్త్రీలల్లో గర్భాశయ కంఠానికి గాని, గర్భాశయానికిగాని కేన్సర్ రావడం గమనించడం జరిగింది.

ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషనుకి బదులుగా డీప్ ఎక్స్రే చికిత్సని గైనకాలజిస్టులుగాని, రేడియాలజిస్టులుగాని ఆమోదించడం జరిగిందా?

ఈ పద్ధతిని వీరు ఆమోదించకపోవడం అటుంచి అసలు చేయడం చాలా అసర్థదాయకం అని నిర్ధారించారు. దానికి కారణం ఇటువంటి చికిత్స వల్ల కేన్సర్ కలిగే అవకాశాలు యొక్కువగా ఉండటమే. అందుకనే అన్ని హాంగులు ఉండి రేడియం చికిత్స చేసే కేన్సర్ ఘోస్పటళ్ళలో, అంతమంది పెద్దపెద్ద రేడియాలజిస్టులు ఉండి కూడా ఈ పద్ధతి అవలంబించడం లేదు.

ఆపరేషనుకి బదులుగా డీప్ ఎక్స్రే పెట్టించు  
కున్న ప్రతి వాళ్ళకి కేన్సర్ వస్తుందా?

అలా ప్రతి వాళ్ళకి కేన్సర్ వస్తుందని చెప్పడం కాదు కానీ, అధిక శాతం ప్రతీతిలో కొన్ని సంవత్సరాల తరువాత కేన్సర్ బయలుదేరడానికి అవకాశంవుందని చాలా మంది రేడియోలజిస్టుల అభిప్రాయం. కేన్సర్ రావడం అటుంచి, నిదానంగా వాళ్ళల్లో శారీరక బలహీనత యెక్కువగా కనబడుతుంది. ఆకలి మందగించడం, అలసట అనిపించడం, ఎదో ఒక బాధ తరచు అనిపిస్తూ ఉండటం ఉంటాయి. ముఖ్యంగా డీప్ ఎక్స్రేవల్ల యెముకలు దెబ్బ తినడం, రక్త కణాల తయారీ తగ్గిపోవడం దానివల్ల రక్తహీనత వుంటాయి. ఈ లక్షణాలు కొందరిలో త్వరగా కనబడితే మరికొందరిలో మరికొత్త ఆలస్యంగా కనబడతాయి. కొందరిలో దీనివల్ల నష్టాలు విపరీతంగా కనబడితే, మరికొందరిలో చాలా తక్కువ కనపడతాయి. మరీ చిన్న వయసులో, అంటే 20, 25 సంవత్సరాల వయస్సులో ఈ కారెంటు పెట్టించుకొన్న ప్రతీతిలో మరింత స్పష్టంగా బాధలు కనబడతాయి. ఇలాంటి చిన్న బాధలు, పెద్ద బాధలు ఉండబట్టే అనుభవించవలసిన వయస్సుని అనవసరంగా రేడియేషన్ విషమ పరిణామాలతో పాడుచేసుకోకండి అని రేడియోలజిస్టులు వివరించి చెబుతున్నారు.

# 15. వే స క్ట మీ

## వేసక్టమీ - భయాలు

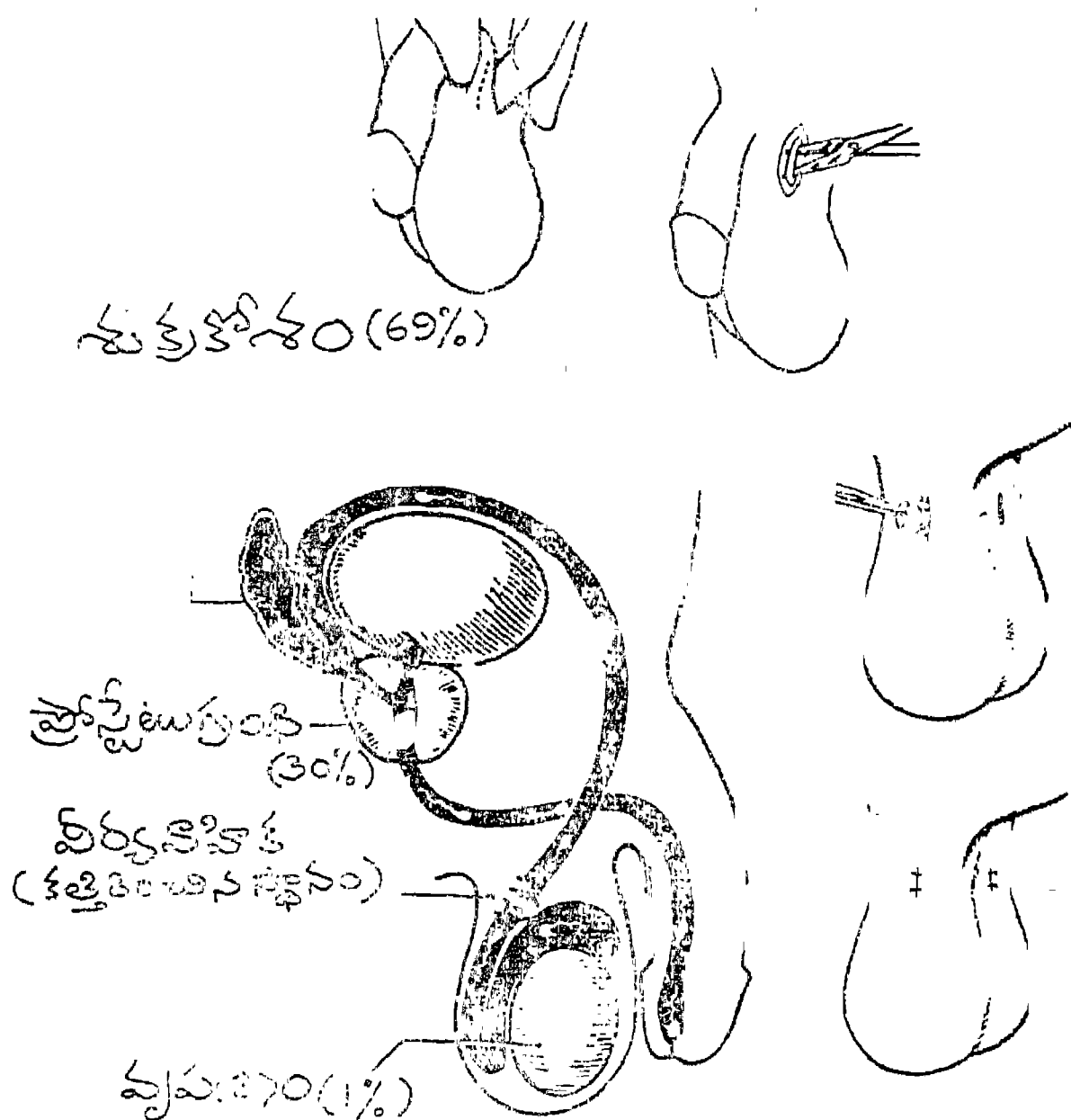
కామేశ్వరరావు నలుగురు పిల్లల తండ్రి. అయినా వయస్సులో కుర్రవాడే. రెండవ సంతానం కలిగినప్పటి నుంచీ అతని భార్య సావిత్రి కామేశ్వరరావును వేసక్టమీ చేయించుకోమని పోరు మొదలెట్టింది. అతనికి ఆపరేషన్ చేయించుకోవాలని ఉన్నా, వేసక్టమీ చేయించుకుంటే పురుషత్వం ఎక్కడ తగ్గిపోతుందో అనే భయంతో ఇంత కాలం వాయిదా వేస్తూ వచ్చాడు. ఇంతేకాక వేసక్టమీ చేయించుకుంటే శారీరకంగా అనారోగ్యం కలుగుతుందనీ, దాంపత్య జీవితాన్ని అనుభవించలేరనీ, వీళ్ళూ-వాళ్ళూ చెప్పే మాటలు అతనిలో పాతుకొనిపోయి వున్నాయి. కాని యెలాగో నాలుగవ సంతానం కలిగిన తరువాత వేసక్టమీ చేయించుకున్నాడు. వేసక్టమీ అయితే చేయించుకున్నాడు కాని వీళ్ళూ-వాళ్ళూ పెట్టిన భయాలు అతనిలో అనుక్షణం ఆపహించే ఉన్నాయి. చివరికి కామేశ్వరరావు భయపడి సంతా అయింది. అతని భార్య సావిత్రి ఉత్సాహంతో అతన్ని ఉత్తేజ పరుస్తూ వుంటే అతని కామసామర్థ్యం సన్నగిల్లి నట్లు భావించాడు. చివరికి అతని మనస్సు భయాందోళ

సలతో తల్లడిల్లిపోయి రతిలో ఆంగస్తభనం జరగటం దుర్లభంగా అనిపిస్తోంది. రతిలో పాల్గొనే ప్రతీసారి సంయోగం తనకొక పరీక్షగా తయారయింది.

వాస్తవానికి వేసెక్ట్మీ చేయించుకున్న తరువాత కామేశ్వరరావుకి రతిలో వైఫల్యం మానసికమైనదే. శారీరకంగా గాని, ఆంగికంగాగాని, హార్మోన్ల పరంగాగాని ఏ లోపము కలిగికాదు. ఆపరేషన్ చేయించుకునే ముందు నుంచీ అతనిలో ఉన్న భయాలే రతి వైఫల్యానికి కారణాలు.

## వేసెక్ట్మీ అంటే ఏమిటి?

పురుషులకి చేసే కుటుంబనియంత్రణ ఆపరేషన్ను “వేసెక్ట్మీ” అంటారు. ఈ వేసెక్ట్మీ శబ్దోత్పత్తిని బట్టి చూస్తే లాటిన్ భాషలో “వాస్” అంటే వీర్యవాహిక, “ఎక్ట్మీ” కత్తిరించుట. ఈ ఆపరేషన్లో వీర్యవాహికను కత్తిరించుట జరుగుతుంది. కనుక దీనికి “వేసెక్ట్మీ” అని పేరు వచ్చింది. పురుషులలో రెండు వీర్యవాహికలు ఉంటాయి. ఇవి బీర్జములకి రెండువైపులా తేలికగా చేతికి తెలిసే విధంగా ఉంటాయి. బీర్జములని ప్రేళ్ళతో అదిమి చూసినట్టయితే గట్టిగా, నున్నగా, సన్నటి నులకతాడువలే ఉంటాయి. వృషణాలనుండి తయారయిన వీర్యకణాలు ఈ వీర్యవాహికల ద్వారా ప్రయాణం చేస్తాయి. ఈ వీర్య



పురుష జననేంద్రియ భాగాలు వేసక్తమీ చేయు భాగం

కణాలే గర్భోత్పత్తికి కారణం. వేసక్తమీ ఆపరేషన్ చేయటానికి కడుపు కోయనవసరం లేదు. పురుషాంగాన్ని ముట్టనే అవసరం లేదు. పురుషాంగం క్రింద ఉన్న బీజ కోశంలోనే వీర్య వాహికలు ఉంటాయి. వేసక్తమీ ఆపరేషన్ బీజకోశానికి రెండువైపులా అర అంగుళం మేర కోసి అందులోనుంచి వీర్య వాహికలని బయటకు తీసి కత్తిరించడం జరుగుతుంది. ఇలా కత్తిరించిన వాటి చివరలను దారంతో

మాడివేసి, ఆ తరువాత వాటిని చూమూలుగా బీజకోశము లోకి నెట్టివేసి, బయట చర్మానికి గుట్టువేయడం జరుగుతుంది. బీజకోశానికి రెండువైపులా మత్తు ఇంజక్షన్ ఇచ్చి ఆపరేషన్ చేయడం జరుగుతుంది. కనుక ఎటువంటి బాధ ఉండదు. ఈ ఆపరేషన్ పది నిమిషాలలో పీ తేలికగా అయిపోతుంది.

వేసెక్టమీ ఆపరేషన్ చేయించుకున్నా వీర్యస్కల సం చూమూలుగానే ఉంటుంది. అందులో పీర్యకణాలు మాత్రమే ఉండవు. మూత్రాశయానికి దిగువున ఉండే ప్రోస్టేటు గ్రంథియే వీర్యరసాలని తయారు చేస్తుంది. కనుక వీర్యంలో ఇంకే లోపమూ ఉండదు. ఈ ఆపరేషన్ చేయించుకున్న తరువాత కూడా అంతకు పూర్వంవలె సంసార సుఖాన్ని భర్త పూర్తిగా పొందగలుగు. అతనినల్ల భార్యకు కూడా రతి సుఖం చూమూలుగానే లభిస్తుంది. ఎటొచ్చి గర్భధారణ జరగదు.

వేసెక్టమీ చేయించుకుంటే కామవాంఛ ఏమీ తగ్గదు. పైగా పిల్లలు కలగరు అనే ధైర్యం ఉండబట్టి ఇంతో అంతో కామవాంఛ ఎక్కువ కావటానికి అవకాశం ఉంది. ఎవరయినా ఈ ఆపరేషన్ అయిన తరువాత పురుషత్వం పోయిందనుకుంటే, అది కేవలం భయాలవల్ల మూసెసికంగా తెచ్చిపెట్టుకున్న బే కాని ఆంగికంగాగాని, శారీరకంగాగాని, ఏ

బలహీనతా వచ్చి మాత్రం కాదు. అపోహలవల్ల పురుషత్వం పోయిందని, భావించేవాళ్లు కొందరు ఉంటే, మరి కొందరు వేసెక్ట్మీ చేయించుకున్న తరువాత తిరిగి వీర్యపుష్టిగల యువకులను శూన్యమని అంటూ ఉంటారు. వారికి బాంధవ్య జీవితంలో పూర్వంకంటే తృప్తి ఎక్కువ కలుగుతుందని చెబుతూ ఉంటారు. ఆ మధ్య ఓ వ్యక్తి తన అనుభవంలో తెలుసుకున్నది చెబుతూ వేసెక్ట్మీ ఆపరేషన్ చేయించుకొనక ముందు ఎన్ని కుటుంబనియంత్రణ పద్ధతులు అవలంబిస్తున్నా అవి సక్రమంగా జరగక ఎక్కడ గర్భం వస్తుందో అని భయం భయంగా ఉండేదని, ఆపరేషన్ అయిన తరువాత అటువంటి భయానికి తావులేకుండా అయిరతిలో మనస్సు ఉత్తేజంగా ఉరకలేస్తుందని అన్నాడు. ఇది అక్షరాలా నిజం.

ఈ కామవాంఛ భార్యలో కూడా ఎక్కువ అవడానికి అవకాశం ఉంది. భర్త ఆపరేషన్ చేయించుకున్న తరువాత భార్యకు గర్భభారణ భయం వదలిపోతుంది. అసలు ఆ భయమే ఆమెను రతిలో జమరాలిగా ఉంచుతుంది. కానీ అయిన తరువాత కొన్ని నెలల వరకూ భర్తతో రతిలో పాల్గొనడానికే ఆమె భయపడుతూ ఉంటుంది. ఎందుకంటే మళ్ళీ వింటనే గర్భం ఎక్కడ వస్తుందో అనే భయం ఉండటమే. ఆ భయంతోనే, భర్తమూట కాదనలేక, భర్త



కామాన్ని తీర్చడం కోసం అయివ్వంగానే రతిలో పాల్గొంటుంది. అంతేకానీ తనంతట తాను హుషారుగా ముందుకు రాదు. కానీ భర్త ఆపరేషన్ చేయించుకున్న తరువాత అధిక సంతానం కలుగుతుండన్న భయం వుండదు. కనుక (స్త్రీ) ఉత్సాహంగా రతిలో పాల్గొంటుంది. భర్తను రతిలో పాల్గొనేందుకు ఉత్సాహపరుస్తుంది. ఇంతకు పూర్వం వరకు భార్య ఇష్టాఇష్టాలని గమనించకుండా తన కామాన్ని తీర్చుకునే భర్త ఇందువల్లనే ఆమెలో కామం ఎక్కువ అయిపోతున్నట్లు, తనలో ఈ ఆపరేషన్ వల్ల కామం తక్కువ అయిపోతున్నట్లు భ్రమపడతారు. అంతేగాని ఇప్పుడు ఆమె నిర్భయంగా రతిలో పాల్గొంటున్నదనీ, ఆమెలో ఇంతవరకు అణచుకున్న కామాన్ని స్వేచ్ఛగా వెల్లడిస్తుందని తెలుసుకోడు. పైగా వేసక్తమీ చేయించుకున్నందువల్ల, అతనివల్ల ఆమెకు తృప్తికలగక, రతిలో ఇంకా ఇంకా పార్థానమని కోరుతుందనీ భావిస్తాడు. దానివల్ల తనకి రతి సామర్థ్యం తగ్గినదని భావించి మానసిక నవ్వుంసకత్వం తెచ్చి పెట్టుకుంటాడు కూడాను.

వేసక్తమీ ఆపరేషన్ చేయించుకున్నందువల్ల కామవాంఛలోగాని, కామ సామర్థ్యంలోగాని, ఏ లోపమూ ఉండదు. ఏమయినా పస్తే అది కేవలం అపోహలవల్ల, భయాలవల్ల మానసికంగా తెచ్చి పెట్టుకున్నదే.

## వేసెక్ట్మీవల్ల మరింత కామ సామర్థ్యము

రవీంద్రనాథ్ టాగూర్ మెడికల్ కాలేజీ, ఉదయ పూర్వీకి చెందిన డాక్టర్ గుప్తా, డాక్టర్ కొఠారి, వారి సహచరులు విశేష కృషి చేసి వేసెక్ట్మీ చేయించుకున్న వాళ్ళలో వుంసత్వం ఏ మాత్రం తగ్గిపోదని ఋజువు చేసి చూపించారు. వురుషునిలో కామవాంఛ కలగాలన్నా, కామ సామర్థ్యం ఉండాలన్నా వురుష సెక్స్ హార్మోను అయిన టెస్టోస్టిరోన్ తగినంత మోతాదులో ఉండటం అవసరం. టెస్టోస్టిరోన్ హార్మోను ఉత్పత్తి తగ్గిపోయినప్పుడు కామ సామర్థ్యం కూడా తగ్గిపోతుంది. అయితే కొందరిలో టెస్టోస్టిరోన్ ఉత్పత్తి తగ్గిపోకుండానే, కామసామర్థ్యం సన్నగిల్లి నట్లు అవుతుంది. దానికి కారణం వాళ్ళల్లో కామసామర్థ్యం గురించి అనవసరంగా కలిగిన అనుమానాలు, భయాలవల్లనే వాస్తవానికి వేసెక్ట్మీ చేయించుకున్న వాళ్ళల్లో వురుష సెక్స్ హార్మోన్ అయిన టెస్టోస్టిరోన్ ఉత్పత్తి మరింత పెరుగుతుంది. దీనివల్ల వేసెక్ట్మీ చేయించుకున్న వాళ్ళలో కామసామర్థ్యం పెరుగుతుంది తప్ప తగ్గదు.

వృషణాలలో టెస్టోస్టిరోన్ ఉత్పత్తి చేయడానికి ప్రత్యేకమైన టెస్టూలు ఉంటాయి. ఈ టెస్టూలనే లైడింగ్ సెల్స్ అని అంటారు. డాక్టర్ గుప్తా, డా॥ కొఠారి ఒక ప్రత్యేక పద్ధతి అవలంబించి వేసెక్ట్మీ చేయించుకున్న

వాళ్ళల్లో పురుష సెక్స్ హార్మోనుని ఉత్పత్తి చేసే లైడింగ్ సెల్స్ ని కచ్చెట్టుగా లెక్కకట్టడం చేశారు. ఆ పద్ధతి అవలంబించగా వేసక్టమీ చేయించుకున్న పురుషులలో ఆపరేషన్ చేయించుకున్న రెండుసంవత్సరాలలో లైడింగ్ సెల్స్ మరింత పెంపొందాయి, వాటి సంఖ్య పెరగడంతో పాటు టెస్టోస్టిరోన్ ఉత్పత్తి కూడా ఆపరేషన్ చేయించుకున్న ముందుకంటే ఎంతో ఎక్కువ పెరిగింది. ఈ రకంగా వేసక్టమీ చేయించుకోవడానికి ముందు తరువాత కొన్ని సంవత్సరాలపాటు ఆపరేషన్ చేయించుకున్నవారి హార్మోనుని అంచనాకట్టి టెస్టోస్టిరోన్ ఉత్పత్తి పెరుగుతుండేతప్ప తగ్గదని నిర్ధారణచేసి చూపించారు. ఈ రకంగా అనేకమందిని పరీక్షచేసి పెద్ద శాస్త్రవేత్తలు తమ ప్రయోగ ఫలితాల గురించి ప్రపంచ ప్రఖ్యాత వైద్య పత్రికలైన బ్రిటీష్ సర్జరీ జర్నల్ లోనూ, అమెరికన్ సర్జరీ జర్నల్ లోనూ, లాన్సెట్ లోనూ, ఇంటర్నేషనల్ సర్జరీ జర్నల్ లోనూ, ఇంకా ఇతర జర్నల్స్ లోనూ పరిశోధనల వ్యాసాలను ప్రకటించారు. కొత్త పద్ధతి ద్వారా ఈ విధంగా వేసక్టమీ చేయించుకున్న వారిలో ఉత్పత్తి అయ్యే టెస్టోస్టిరోన్ గురించి, లైడింగ్ సెల్స్ గురించి అంచనా కట్టడంలో మన భారతీయ శాస్త్రవేత్తలే విజయం సాధించారు.

## వేసెక్టమీ చేయించుకున్న తరువాత...

వేసెక్టమీ చేయించుకున్న వారికి వీర్యకణాలు పైకి వయనించడానికి అవకాశంలేక టెస్టికల్స్ దగ్గరలోనే ఆగిపోతాయి. తరువాత అక్కడే నశించిపోతాయి. ఇలా కొంత కాలం జరిగేసరికి వృషణాలలో వీర్యకణాల్ని ఉత్పత్తి చేసే టెస్ట్యూలు వాటిని చాలవరకు తగ్గించివేస్తాయి. ఒక ప్రక్క వృషణాలనుండి వీర్యకణాల ఉత్పత్తి తగ్గిపోతూ ఉంటే రెండవ ప్రక్క వృషణాల నుండి పురుష సెక్స్ హార్మోన్ల నుల ఉత్పత్తి ఎక్కువవుతూ ఉంటుంది. అందుకని వేసెక్టమీ చేయించుకున్న వారిలో కామపరంగా సామర్థ్యమూ, కోరికలు పెరుగుతాయే తప్ప తగ్గడం జరగదు. వేసెక్టమీ చేయించుకున్న తరువాత ఎవరిలోనైనా కామసామర్థ్యం సన్నగిల్లిందని అంటే అది కేవలం వారిలో ఉన్న భయాందోళనలు వల్లనే కాని వాస్తవంగా కామసామర్థ్యం తగ్గడం కాదు.

## టెస్టోస్టిరోన్ ఉత్పత్తి ఎలా పెరుగుతుంది ?

వేసెక్టమీ చేయించుకున్న వాళ్ళలో లైడింగ్ సెల్స్ ఎక్కువ అనడానికిగాని, టెస్టోస్టిరోన్ ఉత్పత్తి పెరగడానికి గాని దోహదంచేసే స్పష్టమైన కారణాలు ఇంకా తెలియలేదు. అయినా వేసెక్టమీ చేయించుకున్న వాళ్ళలో వీర్యకణాలని ఉత్పత్తిచేసే టెస్ట్యూలే కారణమని భావించడం

జరుగుతోంది. వేసెక్ట్ మీ చేయించుకున్న తరువాత వీర్య కణాల ఉత్పత్తి తగ్గిపోతుంది. దానితో వీర్యకణాలని తయారు చేసే టెస్ట్యూలు వృషణాలలో కృశించిపోతాయి. ఈ కృశించిపోతున్న టెస్ట్యూల ప్రభావం మొదడులో వున్న పిట్యూటరీ గ్రంథిమీద పడుతుంది. అప్పుడు పిట్యూటరీ గ్రంథి నుండి పురుష సెక్స్ హార్మోను అయిన టెస్టోస్టిరోన్ ఉత్పత్తి ఎక్కువ అవడానికి గొనాడోట్రాఫిన్ విడుదల అవుతుంది. ఈ విధంగా విడుదలైన గొనాడోట్రాఫిన్ టెస్టోస్టిరోన్ ఉత్పత్తి మరింత పెరగడానికి దోహదంచేస్తోందని అభిప్రాయపడడం జరుగుతోంది. ఈ అభిప్రాయాన్నే మరికొన్ని పరిస్థితుల్లో పరిశీలించి సమర్థించడం జరిగింది. కొందరిలో పుట్టుక నుంచే వీర్యవాహికలు లేకుండా ఉంటాయి. అటువంటి వారిలో కూడా వేసెక్ట్ మీ చేయించుకున్న వాళ్ళల్లో ఎలాగైతే పురుష సెక్స్ హార్మోనుని తయారుచేసే టెస్ట్యూలు వృద్ధి చెందడం జరుగుతాయో వీళ్ళల్లోనూ అలాగే జరుగుతాయి.

## నవ యౌవనము

వేసెక్ట్ మీ చేయించుకుంటే లైండింగ్ సెల్స్ వృద్ధి అయి పురుష హార్మోను ఉత్పత్తి మరింత పెరుగుతుందని మొదట చెప్పిన వ్యక్తి 'యూజిన్ స్టీసెక్'. ఈ శాస్త్రవేత్త వియన్నాకి చెందిన ఎండోక్రైనాలజిస్టు. ఈ యువ శతా

బిచ్చ ప్రారంభంలో వురుష సెక్స్ హార్మోను వృద్ధి అవడం గురించి పరిశోధనలు జరుపుతూ, వృద్ధాప్యం సమీపించ బోయే వ్యక్తులమీద ప్రయోగాలు జరిపారు. అందుకోసం అటువంటి వురుషులలో వీర్యవాహికలని రెండువైపులా వీర్యకణాలని ప్రయాణించడానికి వీలు లేకుండా ముడి వేశారు. ఇలా వీర్యవాహికలని రెండు వేపులా ముడివేయడం వల్ల వృద్ధాప్యం సమీపించడంలో కామనావర్యం సన్న గిల్లుతున్న వ్యక్తులలో తిరిగి యువకత్వం ప్రసాదించబడింది. ఈ యువకులలో తిరిగి కామవాంఛ కలగడం, కామసామర్థ్యం పెంపొందడం జరిగిందని ఆయన వివరించారు. దీనినే తిరిగి యౌవనాన్ని ప్రసాదించే పద్ధతిగా ఆయన ప్రస్తుతించారు. అయితే ఆనాడు స్టీనాక్ చేసిన ఈ పరిశోధనలు తక్కిన వారినుండి తగిన ప్రోత్సాహం లభింపక మరుగున పడిపోవడం జరిగింది. ఈనాడు లక్షల మందికి వేసెక్ట్ మీ చేయడం జరుగుతోంది. కనుక తిరిగి యౌవనాన్ని ప్రసాదించబడే ఈ ఆపరేషన్ గురించి పరిశోధనలు జరపడానికి మంచి అవకాశం లభించింది. దానితో స్టీనాక్ అభిప్రాయానికి మంచి ప్రోద్బలం లభిస్తోంది. పై పరిశోధనలనుబట్టి వేసెక్ట్ మీ చేయించుకున్న తరువాత సమృద్ధకత్వం ప్రాప్తించి దని ఎవరయినా అంటే అది కేసలం ఆపరేషను గురించి కలిగించుకున్న భయాందోళనలవల్లనే అని తేలిపోతోంది.

## వేసక్ష్మి ఆరంభం - అభివృద్ధి

వేసక్ష్మి ఆపరేషనుని మొదట్లో ఇంగ్లీషు సర్జన్ జాన్ హంటర్ 1775లో చేసేవారు. తరువాత 1830 లో ఆస్ట్లీ కూపర్ దీనిని మరింత ఎక్కువ చేసేవారు. అటు పిమ్మట హరీ షార్ప్ అనే అమెరికన్ సర్జన్ 1899లో దీనిని మరింత ప్రచారంలోకి తీసుకుని వచ్చారు. 1950 నుంచి పశ్చిమ ఆసియాలో కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతిగా విస్తృత ప్రాచుర్యం పొందింది. 1956నుంచి భారతదేశంలో కూడా జాతీయ కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతిగా స్వీకరించి విస్తృతంగా అమలు పరచడం జరుగుతోంది.

1976-77 సంవత్సరంలో భారతదేశంలో 6 మిలియన్లు పురుషులు వాసెక్టమీ చేయించుకొగా 1980-81 వచ్చేసరికి 21 మిలియన్లు ఈ ఆపరేషను చేయించుకున్నారు.

★ ★ ★

## ౨౩. ట్యూ బె క్ట్ మీ

ఆరుగురు పిల్లల తల్లి ఆండాలమ్మగారు ఇంట్లో పని చేసుకోలేక సతమతమై పోతున్నారు. దానికితోడు వారం రోజులనుంచి పనిమనిషి అప్పలమ్మ కూడా రావడంలేదు. ఇక ఇంట్లో కోడలు సంగతి చెప్పనే అవసరం లేదు. నెల తప్పిన దగ్గరనుంచీ ఒకటే వేవిళ్ళు. సరిగ్గా ఒక్క ముద్దయినా ఒంటబట్టిని రోజు ఉండదు. ఇక నీరసం ఉండక ఏమి చేస్తుంది క్రిందటిసారి కాన్పు అవగానే కోడలుకి కుటుంబ నియంత్రణ ఆపరేషను చేస్తే మంచిదని డాక్టరమ్మ చెప్పినా ఒకంతట బుద్ధికి ఎక్కలేదు. “ఏమిటో ఈ రోజుల్లో ఇద్దరు పిల్లలు వుట్టేటప్పటికీ వీళ్ళ పని అయిపోతుంది. మా రోజుల్లో ఒక్కొక్కళ్ళం డజనేసి పిల్లల్ని కనేయలేదా?” అని డాక్టరమ్మ మాటని ఆండాలమ్మ తోచి వుచ్చింది. “పైగా ఆపరేషను చేయించుకుంటే బోలెడు ఖాదలు వస్తాయట” అంటూ మూర్ఖంగా వ్యవహరించి కోడలుకి ఆపరేషను జరగకుండా చేసింది. కోడలుకి పెంటనే మళ్ళీ కడుపువచ్చి వేవిళ్ళతో మంచంమీద వడుకుంటేనేగాని ఈసారి ఆండాలమ్మకి అర్థం కాలేదు. ఇలా ఇంటిపనితో సతమతమై అలసిపోతున్న ఆండాలమ్మ దగ్గరికి పనిమనిషి అప్పలమ్మ మొగుడు వచ్చి



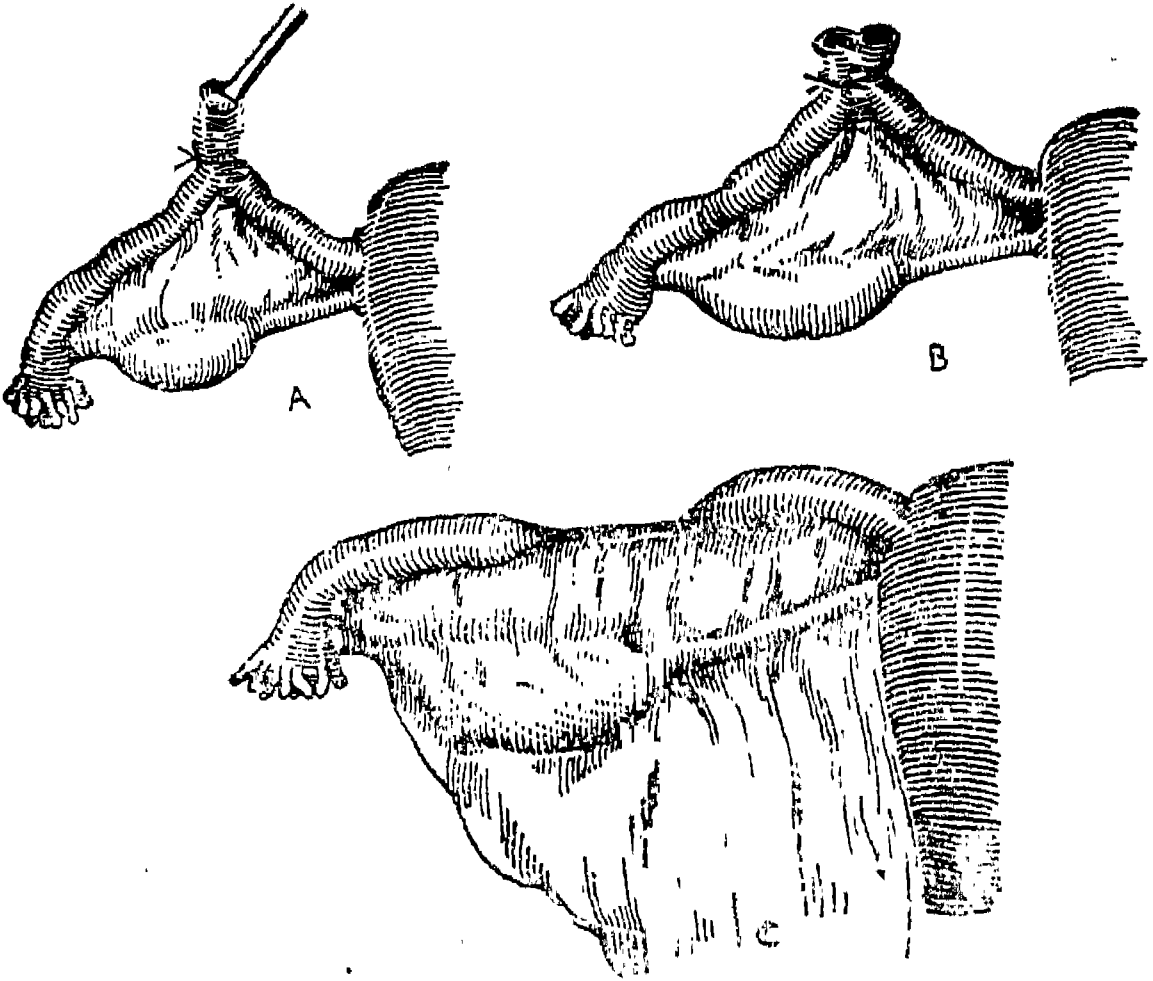
ఏడువు ముఖంతో నిలబడి “అమ్మగారూ! నిన్న నా పెళ్ళాం అయిదవ కాన్పులో ఓ ఆడపిల్లని కని, కాన్పులో మరింత రక్తంపోయి ఈ లోకంవదిలి వెళ్ళిపోయింది. ఇంతకుముందు పిల్లలు లేకుండా ఆపరేషను చేయించుకోమంటే భయమేసి పూరుకున్నా. ఈనాడు ఇంతఘోరం జరిగిపోయిందని భోరున ఏడ్చేశాడు. ఆండాల్మ్మ, అప్పలమ్మల్లోనేకాదు, ఎందరో చదువుకున్న వాళ్ళల్లో కూడా అర్థం లేకుండా కుటుంబ నియంత్రణ ఆపరేషన్ల పట్ల అపోహలు, భయాలు వున్నాయి మరి అసలు నిజం ఏమిటి?

## స్త్రీలలో కుటుంబ నియంత్రణ ఆపరేషను

“ట్యూబెక్టమీ” అనేది స్త్రీలకు చేసే కుటుంబ నియంత్రణ ఆపరేషన్. ఈనాడు “ట్యూబెక్టమీ” ఆపరేషన్ ఇంత ప్రచారంలో వున్నా పూర్వకాలంలో కూడా ఈ ఆపరేషన్ చేయడం జరిగేది ముఖ్యంగా తల్లి తిరిగి గర్భవతి అవడంవల్ల ఆమె శారీరకంగా, మానసికంగా ఆరోగ్యము మరింత చెడిపోతున్నదని భావించిన పక్షంలోనూ, తల్లి మానసిక వ్యాధి కలిగివుండి బిడ్డని సక్రమంగా పెంచలేని పరిస్థితి ఏర్పడినప్పుడూ, హీమోఫిలియావంటి వంశపారంపర్య వ్యాధులకి పిల్లలు గురికావడం మంచిదికాదని నిర్ణయించుకున్నప్పుడు ట్యూబెక్టమీ చేసేవాళ్ళు. ఈ ఆపరేషన్ కాన్పు జరిగిన మరునాడే చేయవచ్చు లేదా ఇంకే

పప్పుడై నా చేయవచ్చు. ట్యూబెక్టమీ పొట్టకోసి చేయవచ్చు, పొట్ట కోయకుండా యోని ద్వారం గుండా చేయవచ్చు. ఆపరేషన్ కి తల్లికి పూర్తి మత్తుయిచ్చి చేయవచ్చు.

ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషను



- A. గర్భాశయానికి ఒక వైపు ఉండే ట్యూబుని మధ్యలో ముడివేయుట  
 B ట్యూబుని మధ్యకి కత్తిరించి రెండు కొసలని దారంతో ముడివేయుట.  
 C. మధ్యకి కత్తిరించిన ట్యూబు రెండు కొసలని వేరువేరుగా ముడివేసి వదలి వేయుట. దీనితో ట్యూబుద్వారా అండం ప్రయాణించడం కుదరదు.

లేదా వెన్నుకి ఇంజక్షన్ ఇవ్వడం ద్వారానో, ఆపరేషన్ చేసేచోట మాత్రమే మరియు ఇంజక్షన్ ఇచ్చే ఆపరేషన్ చేయవచ్చు. కడుపుమీద నుంచి ఆపరేషన్ చేయడానికి కేవలం ఒక అంగుళం మేర మాత్రమే కోయడం జరుగుతుంది.

ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషన్ లో కడుపుకోసి అండవాహికలైన ట్యూబులను మధ్యకి కత్తిరించి ముడివేసి వదలివేయడం జరుగుతుంది. ఈ రకంగా గర్భనంచికి రెండు వైపులా వుండే ట్యూబులను కత్తిరించడం జరుగుతుంది. ఈ విధంగా ట్యూబులని కత్తిరించడంవల్ల అండాశయాల నుంచి ట్యూబుల ద్వారా అండం ప్రయాణించడం జరగదు. అందువల్ల ఇక గర్భిందాలచ్చడం జరగదు. ఈ ఆపరేషన్ అంతా 15, 20 నిమిషాల్లో చేయడం అయిపోతుంది.

## లాప్రోస్కోపిక్ ట్యూబెక్టమీ

ఈనాడు లాప్రోస్కోపిక్ ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషన్ల విధానం బహుళ ప్రచారం పొందుతోంది. మూమూలుగాచేసే ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషన్ కంటే ఇది చాల సులువైన పద్ధతి, ఆపరేషన్ చేయించకునే వారికి తేలికైన పద్ధతి. ఈ పద్ధతి ప్రకారం ట్యూబెక్టమీ చేసేటప్పుడు కడుపుపైన మధ్య భాగంలో ఒక సెంటీమీటరు మేర మరియు ఇంజక్షన్

ఇచ్చి బేడుతో చర్మానికి గాటు పెడతారు. చర్మానికి పెట్టిన గంటుద్వారా అర సెంటీమీటరు కైవారం వుండ గొట్టాన్ని కడుపులోకి పోనిస్తారు. అలా కడుపులోకి పో చిచ్చిన గొట్టంలో వెలుగునిచ్చే బల్బు ఒకటి వుంటుంది. ఆ వెలుగు సహాయంతో గర్భశయానికి ఇరుప్రక్కలా వుండ ట్యూబులని గమనిస్తారు. ఇలా ట్యూబులని గమనించిన తరువాత కడుపులోకి త్రోసిన గొట్టంద్వారా మరొక పని ముట్టుతో అండవాహిక అయిన ట్యూబుని లాగి పట్టుకొని రబ్బరు బ్యాండులాంటి బాన్ని దానికి తగిలిస్తారు. అలా బ్యాండుని తగిలించడంతో అండవాహికల మార్గం ముడుచుకుపోతుంది. ఇదే విధంగా రెండోవైపు కూడా చేస్తారు.

లాప్రోస్కోపీ పద్ధతి ప్రకారం ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషను వల్ల సంభవించే దుష్ఫలితాలు ఏ మాత్రం వుండవు. పైగా ఈ పద్ధతి ప్రకారం చేయించుకున్న వాళ్ళూ ఒక్క పూటలోనే ఇంటికే వెళ్ళిపోయి తమ పనులని తాము చేసుకోవచ్చు. ఈ ఆపరేషను చేయించుకున్న తరువాత ప్రత్యేక జాగ్రత్తలు ఏమీ తీసుకోవనసరంలేదు. ట్యూబెక్టమీలో లాగానే ఇందులోకూడా నడుమనొప్పి, కడుపునొప్పి రావడం, ఒళ్ళు రావడం వంటివి వుండవు. అయితే మామూలు ట్యూబెక్టమీ కంటే యిది అతి సులువైనది, బాధలేనిది.

## ‘మినీలాప్’ ఆపరేషను అంటే ఏమిటి?

(స్త్రీ)లకి చేసే కుటుంబ నియంత్రణ ఆపరేషన్లలో ట్యూబెక్టమియా, లాప్రోస్కోపి ఆపరేషన్లతోపాటు ‘మినీలాప్’ అనేది ఎక్కువ వినబడుతూ ఉంటుంది. ‘మినీలాప్’ ఆపరేషన్ ఏదో క్రొత్త టెక్నిక్తో చేసే ట్యూబెక్టమియా ఆపరేషను కాదు. మామూలుగా చేసే ట్యూబెక్టమియా ఆపరేషనునే ‘మినీలాప్’ అని కూడా అంటారు. ట్యూబెక్టమియా కంటే మినీలాప్కి పొట్టమీద కాస్త తక్కువ కోయడం జరుగుతుంది. అంతకంటే ఇంకేమీ తేడాలేదు.

‘మినీలాప్’ అంటే మినీ లాపరాటమి ట్యూబెక్టమియా. దీనిని మొందు 1951లో జపాన్లో ఉకేడా అన్న సైంటిస్టు ప్రచారంలోకి తీసుకుని వచ్చాడు. తరువాత 1983లో మినీలాప్లో జరిగిన ఇంజక్షన్షనల్ ఎక్స్పర్ట్ కమిటీ వర్క్‌షాపులో దీనిని ఆమోదించడం ప్రచారంలోకి తీసుకుని రావడం జరిగింది.

మామూలుగా చేసే ట్యూబెక్టమియా లాగానే ‘మినీలాప్’ ట్యూబెక్టమియా ఆపరేషను కూడా చేయడం జరుగుతుంది. ఆపరేషను చేయడానికి మత్తు ఇంజక్షను ఆపరేషను చేసే స్థలంలోనే ఇవ్వవచ్చు (లోకల్ ఎనస్థీషియా) లేదా వెన్నుకి మత్తు ఇంజక్షను (స్పయినల్ ఎనస్థీషియా) ఇవ్వవచ్చు లేదా పూర్తి మత్తు ఇచ్చి చేయవచ్చు. దీనినే

జనరల్ ఎనస్టీషియా అంటారు. అయితే మిసీలాప్ ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషను సాధారణంగా లోకల్ ఎనస్టీషియాతోనే చేయడం జరుగుతోంది.

‘మిసీలాప్’ ఆపరేషనుని సాధారణంగా లోకల్ ఎనస్టీషియాలోనే చేయడం జరుగుతోంది కనుక ఆపరేషను చేసిన స్త్రీని కొద్ది గంటల్లోనే ఇంటికి పంపివేయటం జరుగుతుంది. ఇంటికి వెళ్ళిన రోజు రాత్రే మామూలుగా కడుపు నిండా భోజనం చేయవచ్చు. మరుసటి రోజునుంచే ఇంట్లో వంటా వార్నా చేసుకోవచ్చు.

మిసీలాప్ ఆపరేషను ఏ స్త్రీ అయినా చేసుకోవచ్చు. ఎటువంటి దుష్ఫలితాలు ఉండవు.

## ట్యూబెక్టమీ వల్ల బహిష్టులు సక్రమంగా వుండవా?

కొందరు స్త్రీలు ట్యూబెక్టమీ చేయించుకుంటే బహిష్టులు సక్రమంగా రావని, ఒకవేళ బహిష్టులు సక్రమంగా వచ్చినా బహిష్టుసావం అధికంగా అవుతుందని భావిస్తూ ఉంటారు. ఇలా భావించటం వారి అజ్ఞానానికి చిహ్నమే తప్ప వాస్తవానికి అలా ఏమీ జరగదు. బహిష్టులు సక్రమంగా రావడం, రాకపోవడం అనేది అండాశయంనుంచి తయారయ్యే ఈస్ట్రోజన్, ప్రోజెస్టిరోన్ హార్మోన్ల

మీద ఆధారపడి వుంటుంది. ఈ హార్మోన్లు తిన్నగా రక్తంలోకి ప్రవహించి తరువాత గర్భకోశం పొరల మీద తమ ప్రభావాన్ని చూపిస్తాయి. ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషనులో కేవలం ఆ అండం ప్రయాణించే ట్యూబులని మాత్రమే మధ్యకి కత్తిరించి ముడి వేయడం జరుగుతుంది. దానివల్ల అండాశయంలో తయారైన అండం గర్భాశయానికి చేరకుండా నిరోధింపబడుతుంది. అండాశయంలో తయారయ్యే హార్మోన్లు ఈ ట్యూబుల ద్వారా పయనించడమంటూ జరగదు. అటువంటప్పుడు ట్యూబెక్టమీ చేయడంవల్ల హార్మోన్లు ఉత్పత్తి అటంకపరచడంగాని అవి గర్భాశయానికి చేరే మార్గాన్ని నిరోధించడమనే ప్రసక్తిగానీ లేదు. ట్యూబెక్టమీ చేసినా అండాశయాలు యధావిధిగా హార్మోన్లు ఉత్పత్తి చేస్తూనే ఉంటాయి. అక్కడ రక్తనాళాలు తమలోకి ఆ హార్మోన్లని పీల్చుకుంటూనే ఉంటాయి. ట్యూబెక్టమీ చేయించుకున్న తరువాత ఎవరిలోనైనా బహిష్టులు అస్తవ్యస్త కలిగితే వేరే యితర కారణాలవల్ల అవపలసిందే తప్ప ఆపరేషనువల్ల మాత్రం కాదు.

## ట్యూబెక్టమీ సంయోగం

కొందరు స్త్రీలు కాన్పు అయిన మరునాడు కాని, తరువాత ఒకటి రెండు రోజులలోగాని ఆపరేషను చేయించు

కుంటూ వుంటారు. ఇటువంటివారు కాన్సు అయిన నాలుగు నుంచి ఆరు వారాలపాటు తిరిగి దాంపత్య జీవితం గడపడానికి ఆగడం మంచిది. మరికొందరు స్త్రీలు కాన్సుతో సంబంధం లేకుండా తరువాత ఆపరేషన్ చేయించుకుంటారు. ఇటువంటి స్త్రీలు ఆపరేషన్ చేయించుకున్న తరువాత ఎంత కాలం రతిలో పాల్గొనకూడదు అనే అనుమానం కలగవచ్చు. కాన్సుతో సంబంధం లేకుండా ఆపరేషన్ చేయించుకొన్న స్త్రీలు కుట్లు ఊడతీసిన మరుసటి రోజునుంచి రతిలో పాల్గొనవచ్చు. లేదా వారం పది రోజులు ఆగవచ్చు. ఒకసారి ట్యూబులు ఆపరేషన్ చేసి కత్తిరించడం జరిగిన తరువాత అండం గర్భాశయానికి చేరడమనేది జరగదు. దీనివల్ల గర్భం వచ్చే అవకాశమే లేదు. అయినా ఆపరేషన్ కదా. వెంటనే రతిలో పాల్గొంటే స్వప్తం రాదా అని అనుమానం కలగవచ్చు. ట్యూబెక్టమికే కడుపుమీద అంగుళం లేక రెండు అంగుళాలకంటే ఎక్కువ కోనేడి ఉండదు. రతిలో పాల్గొన్నంతమాత్రాన అక్కడి ఒళ్ళు దెబ్బ తినడం కాని, తెగిపోవడం గాని జరుగదు. ట్యూబెక్టమికే చేయించుకున్న స్త్రీలు పది పదిహేను రోజుల తరువాత రతిలో పాల్గొనడమే కాకుండా ఇంట్లో మామూలుగా చేసుకునే నంట - వాక్కు తమంతట తాము నిర్భయంగా చేసుకోవచ్చు.



## వేసెక్ట్మీ చేయించుకుంటే కొంతకాలం రతితి అభ్యంతరం ఎందుకు?

రతిలో పాల్గొనే విషయంలో వేసెక్ట్మీకి, ట్యూబెక్ట్మీకి తేడా ఉంది. స్త్రీలు ట్యూబెక్ట్మీ చేయించుకోగానే రతిలో పాల్గొన్నా గర్భం రావడానికి ఏ మాత్రం అవకాశం లేదు. కాని పురుషులు వేసెక్ట్మీ చేయించుకున్న తరువాత కనీసం నెలరోజులైనా రతిలో పాల్గొనకుండా వుండాలి. ఒక వేళ కంట్రా లు చేసుకుని ఉండలేకపోతే స్టెరోడ్ గాని, యితర కుటుంబనియంత్రణ సాధనాలుగాని ఉపయోగించాలి. లేకపోతే భార్యకి గర్భం వచ్చే అవకాశం వుంది. ఎందుకంటే ఆ పరేషను చేసేనాటికి వృషణాలనుంచి విడుదలైన వీర్యకణాలు శుక్రకోశాలకి చేరి అక్కడ నిలవవుంటాయి. ఒకసారి శుక్రకోశాలలో నిల్వచేరిన వీర్యకణాలు నెలనుంచి మూడు నెలలదాకా సజీవంగా వుంటాయి. వేసెక్ట్మీ ఆపరేషన్ లో వృషణాల నుంచి వీర్యకణాలు పయనించకుండా వీర్యవాహికలని కత్తిరించడం జరుగుతుంది కాని శుక్రకోశాలని మూసివేయడమంటూ జరగదు. అందుకనే వేసెక్ట్మీ చేయించుకున్న వ్యక్తులను తిరిగి రతిలో పాల్గొనే ముందు వీర్య పరీక్ష చేయించుకుని అందులో వీర్యకణాలు లేకపోతేనే రతిలో పాల్గొనమని సలహా ఇవ్వడం జరుగుతుంది. వీర్యంలో వీర్యకణాలు ఉంటే ఇంకా కొద్దిరోజులు ఆగమని సలహా ఇవ్వడం జరుగుతుంది.

ట్యూబెక్టమీ చేయించుకుంటే స్త్రీలలో కామపరంగా కోర్కెలు తగ్గిపోవడంకాని, రతిలో అసమర్థత కలగడంగాని జరగదు. పైగా ఇక గర్భం రాదనే ధైర్యంతో ఉత్సాహంగా పాల్గొనడం జరుగుతుంది. ఈ ఆపరేషను వల్ల అజీర్తి వ్యాధులు, తలనొప్పి, దృష్టిమాంద్యం వస్తాయనుకోవడం కేవలం అపోహ మాత్రమే. ఒకవేళ అవి వచ్చినా ఈ ఆపరేషన్ వల్ల మాత్రం కాదు. జాగ్రత్తగా గమనిస్తే వాటికిగల ఇతర కారణాలు అర్థం అవుతాయి.

**ట్యూబెక్టమీ మంచిదా ? వేసెక్టమీ మంచిదా ?**

కుటుంబ నియంత్రణ అమలు పరచా లనుకున్నప్పుడు దంపతులిద్దరిలో ఎవరు ఆపరేషన్ చేయించుకున్నా మంచిదే. ఈ ఆపరేషనువల్ల ఎట్టి బాధగాని, చుష్పలితాలుగాని లేవు గనుక దంపతు లిద్దరిలో ఎవరు చేయించుకున్నా ఒక్కటే. అయితే ట్యూబెక్టమీ చేయించుకుంటే స్త్రీలు వారం రోజుల పాటు మంచంమీద ఉండవలసి వస్తుంది. అదే పురుషుని కైతే ఆపరేషను చేయించుకున్న మరుక్షణంనుంచి బయట తిరగవచ్చు, పని చేసుకోవచ్చు. భార్యకంటే భర్త ఆపరేషను తేలికైంది కనుక భర్తే వేసెక్టమీ చేయించుకుంటే బాగుంటుంది. పైగా కాన్సులవల్ల, పిల్లల్ని పెంచడంవల్ల బాధపడే భార్య తిరిగి భర్త తననే ఆపరేషను చేయించుకోమని అడిగితే కొంత అసంతృప్తిని వ్యక్తపరచవచ్చు. అందు

కని భర్త భార్యమీద అనురాగంతో ఆమెకు మళ్ళీ ఇబ్బంది కలిగించకుండా తానే ముందుకువచ్చి ఆపరేషను చేయించు కున్నట్లయితే ఎంతో జేలికలో అయిపోతుంది. పైగా భార్య ప్రేమకి పాత్రుడవుతాడు. కాన్పులవల్ల బాధపడిన తనకు తిరిగి బాధ కలిగించకుండా భర్తే ఆపరేషను చేయించే సుకుంటే అతనిమీద భార్యకి అనురాగం, అభిమానం పెరగ కుండా ఎలా ఉంటాయి? మరి అటువంటి దాంపత్యం ఆదర్శ దాంపత్యం కాకుండా ఉంటుందా?

**ట్యూబైక్టమీవల్ల కడుపులో నొప్పి వస్తుందా ?**

ఇంటి దగ్గరే కాన్పు అయిన ఇందిర మూడవరోజునే ఆసుపత్రికి వెళ్ళి పిల్లలు లేకుండా ఆపరేషన్ చేయించు కుంది. ఏడవరోజున కుట్లు తీయించుకుని ఇంటికి వెళ్ళిన ఇందిర కొద్ది రోజులకే కడుపులో నొప్పి, తెల్లబట్ట, జ్వరం అంటూ ఆసుపత్రికి వచ్చింది. ప్రక్కనే వున్న ముసలమ్మ ఊరుకోక “వద్దంటే విన్నదికాదు ఆపరేషన్ చేయించుకుని అనవసరంగా బాధ తెచ్చి పెట్టుకుంది” అంటూ మామూలు ధోరణిలో మాట్లాడసాగింది. వాస్తవానికి ఇందిరకి వచ్చిన జ్వరం, కడుపులోనొప్పి ట్యూబైక్టమీ ఆపరేషన్ చేయించు కోవడంవల్ల కాదు. ఆపరేషన్ చేయించుకోక పోయినా ఇంది రకి కడుపులోనొప్పి జ్వరం వచ్చి ఉండేవే. అది ఎలా సంభ వం అని అనుమానం కలగవచ్చు.

ఇంటి దగ్గర కాన్పు అయినపుడు, కాన్పు విషయంలో పూర్తి శ్రద్ధ తీసుకోవడం జరగదు. ఎంతో శ్రద్ధ తీసుకున్నా మని వారు భావించినా బాక్టీరియా క్రిములు (స్త్రీ) జనసేంద్రి యాల్లోకి ప్రవేశించుతాయి. నాటు మంత్రసాని చేతులకి శుభ్రమైన గ్లాస్ వేసుకుని కాన్పు చేయకపోవడం వల్ల గాని డై నర్స్ పరిశుభ్రమైనవి ఉపయోగించకుండా మామూలు గుడ్డలు వాడటంవల్లగాని, డెట్టాల్తో రోజూ డూప్ ఇవ్వక పోవడంవల్లగాని, యాంటిబయాటిక్స్ వాడకపోవడం వల్ల గాని బాక్టీరియాక్రిములు యోనిమార్గంలోనికి ప్రవేశిస్తాయి. నిదానంగా అవి పైకి పయనించి గర్భాశయాన్ని, దానికి రెండు ప్రక్కలా ఉండే ట్యూబులకి వ్యాధిగ్రస్తం చేస్తాయి. వ్యాధిగ్రస్తమైన ట్యూబులు వాయడం కూడా జరుగు తాయి. వావువల్ల పొత్తి కడుపులో నొప్పి, జ్వరం వస్తాయి. తెల్లబట్ట కూడా అవుతుంది. కాన్పులో అశుభ్రతవల్ల ఈ లక్షణాలు కొందరిలో రెండు మూడు రోజుల్లో కలిగితే మరి కొందరిలో రెండు మూడు వారాలపాటు పట్టవచ్చు ఇలాంటి పరిస్థితికి అవకాశం ఉన్న ఇందిరలాంటి వాళ్ళు ఆపరేషన్ చేయించుకుని దానివల్లనే ఈ బాధలన్నీ కలిగాయని భావిస్తారు. అయితే ఆపరేషను చేయించుకున్నప్పుడు సరైన యాంటిబయాటిక్ సరైన మోతాదులో వుచ్చుకోవడం జరిగితే పై బాధలు కలగకుండా పోవచ్చు. బాక్టీరియా క్రిములు నిర్మూలింపబడటానికి సరిపోయినంత మోతాదులో మందు పడనప్పుడు బాధలన్నీ నెమ్మదిగా బయటపడతాయి.

ఇంటి దగ్గర కాన్పు అయిన ఇందిర సంగతి ఇలా వుండగా, ఒక ఆసుపత్రిలో ఒకేరోజు అనేకమంది ట్యూబైక్ మీ చేయించుకున్న కొందరికి కుటుంబదగ్గర నొప్పి, కడుపులో నొప్పి రావడం జరిగాయి. ఇలా రావడం ఆపరేషను చేయించుకుంటే అందరికీ రావాలని తేదు. దీనికి ఆపరేషను చేసిన డాక్టరు పూర్తి శుభ్రతని పాటించక పోవడం, ఆపరేషనుకి సంబంధించిన పనిముట్లని పరిశుభ్రమయినవిగా ఉన్నవీ తేనిదీ చూసి శ్రద్ధ తీసుకోకపోవడం, దానికి తగ్గట్టుగా ఆపరేషను తరువాత పూర్తి మోతాదులో పెన్సిలిన్ లాంటి యాంటిబయాటిక్స్ ఇవ్వకపోవడం కొన్ని కారణాలు. డాక్టరు ఆపరేషను విషయంలో పూర్తి పరిశుభ్రతని పాటించకపోతే బాక్టీరియా క్రిములు ఆపరేషను చేసినప్పుడు లోపలికి ప్రవేశించి గర్భకోశానికి సంబంధించిన ట్యూబులు వాచేందుకు, చీము పట్టేందుకు కారణం అవుతాయి. అలాగే కుటుంబాదా చీము పట్టుతాయి. కడుపులోపల ట్యూబులు వాచినట్లయితే గడ్డలుగా తయారై కడుపులో నొప్పిరావడం, నడుము నొప్పి కలగడం ఉంటాయి. ఒకేచోట అనేకమందికి ఆపరేషను చేయవలసి వచ్చినప్పటికీ ఆపరేషను పనిముట్ల విషయంలోనూ, ఆపరేషను సమయంలోనూ పూర్తి పరిశుభ్రతని పాటించినట్లయితే, పూర్తి మోతాదులో యాంటిబయాటిక్స్ వాడినట్లయితే ఆపరేషను తరువాత కడుపులో నొప్పి రావడం ఉండదు. కలలో కూడా దాని గురించి తల

వడం ఉండదు. ఏ కారణంవల్ల కానివ్వండి ట్యూబులు వాచి కడుపులో నొప్పి వచ్చినప్పుడు అశ్రద్ధ చేసి ఊరుకోకుండా ముందే డాక్టరుకి చూపించి సక్రమంగా మందులు వాడినట్లయితే పూర్తిగా బాధలన్ని తగ్గిపోతాయి. అలా చేయని వాళ్ళే అనవసరంగా ట్యూబెక్టమీ వల్ల కడుపులో నొప్పులు వస్తాయని అనడం జరుగుతుంది.

## గనేరియా తెచ్చి పెట్టే గందరగోళం

కాన్పుయిన రెండు నెలలకి నీరజ ఆపరేషను చేయించుకుంది. ఆపరేషను అయిన ఆరు నెలలకి కాపురానికి వెళ్ళింది. ఆపరేషను అయినా ఏ బాధా అనిపించక పోవడంతో నీరజకి నిజంగానే ఆనందం కలిగి అందరితో ఆపరేషను చేయించుకొమని చెప్పేసింది. అలాంటి అభిప్రాయం అట్టే కాలం ఉండకుండానే తిరిగి కాపురానికి వెళ్ళిన నీరజకి కడుపులో నొప్పి రతిలో బాధ ప్రారంభమయినాయి. అర్థంకాని అయోమయ పరిస్థితిలో బడిపోయిన నీరజ ఇదంతా ఆపరేషను వల్లనే అని అపోహపడింది.

అయినా డాక్టరుని సంప్రదిస్తే బాగుంటుందని వెళ్ళితే కడుపులో నొప్పికి డాక్టరు చెప్పిన కారణం గందరగోళ పరిచింది. కడుపులో నొప్పి ట్యూబెక్టమీ వల్ల కాదట, గనేరియా వల్ల వట. కాని నీరజ విషయంలో ఇది నమ్మశక్యం గాని నిజం. అంతకాలం నీరజ దగ్గర లేకపోయేసరికి ఆమె

భర్త పర స్త్రీ సంపర్కంతో ఈ వ్యాధి తెచ్చిపెట్టుకున్నాడు. అదే ఆమెకు సంక్రమించి సంకటస్థితి తెచ్చిపెట్టింది గవేరియా క్రిములు పైకి ప్రవేశించి నిదానంగా ట్యూబులని వ్యాధిగ్రస్తం చేశాయి. దానివల్లనే కడుపులో నొప్పి, రతిలో బాధ కలగనారంభించాయి.

పై విధంగా కొందరి స్త్రీలలో సుఖవ్యాధులవల్ల కడుపులో నొప్పి వస్తూ ఉంటుంది. అయితే అసలు కారణాన్ని గుర్తించలేక ఆపరేషను చేయించుకోవడం దరిగింది గనుక ఆలోచన లేకుండా ట్యూబెక్టమీ అంటగట్టడం ఆనవాయితీ అయిపోయింది. ఆపరేషను అయి అయిదు సంవత్సరాలైనా, పదిసంవత్సరాలైనా తరువాత ఏ బాధవచ్చినా అదంతా ట్యూబెక్టమీ వల్లనే అని భావించే అమాయక స్త్రీలు ఎందరో లేకపోలేదు, అమిబియాసిస్ వల్ల కడుపులో నొప్పి వచ్చినా, జీర్ణకోశంలో పూతవలన మంట, నొప్పి వస్తున్నా, ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషను వలననేనని భావించే వాళ్ళు లేకపోలేదు.

గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు కొందరు స్త్రీలకి మూత్రకోశంలోగాని, మూత్రపిండాల్లోగాని వ్యాధి క్రిములు చేరుతాయి. దీనివల్ల కడుపులోనొప్పి, నడుం నొప్పి కనబడుతూ ఉంటాయి. కాన్పు అయిన తరువాత ఆపరేషన్ చేయించుకుని పై కారణాలవలన కడుపులో నొప్పి వస్తూ

వుంటే ఆపరేషన్ వలనేనని భావించి ఆపరేషన్ ఎందుకు చేయించుకున్నామా అని దిగులుకడిపోతూ వుంటారు. అలా కాకుండా అసలు కారణాన్ని గుర్తించి తగిన మందులు వాడి నట్లయితే అన్నీ తగ్గిపోయి ఆపరేషన్ వలన కాదని అర్థం అవుతుంది.

## ట్యూబెక్టమీ చేయించుకుంటే గడ్డలు వస్తాయా?

ఈనాడు ట్యూబెక్టమీ బాగా ప్రచారంలో ఉండ బట్టే చాలామంది స్త్రీలు కాన్పు అవగానే ఆపరేషన్ చేయించుకుంటున్నారు. కానీ వీరిలో కొందరికి గర్భసంచి దగ్గర వుండుగాని గడ్డగాని ఉండడం జరుగుతూ ఉంటుంది. నిదానంగా ఆ వుండుగాని గడ్డగాని పెరిగితే బాధ కలుగుతూ ఉంటుంది. అటువంటి స్త్రీలు అంతకుముందు ట్యూబెక్టమీ చేయించుకున్నా తిరిగి ఆపరేషన్ చేయించుకుని గర్భసంచినీ పూర్తిగా తీసివేయించుకోవడం తప్పనిసరి అవుతుంది. కాని ఇది తెలియక ఆ స్త్రీలుగాని, ఇది చూసిన తక్కిన స్త్రీలుగాని, ట్యూబెక్టమీ చేయించుకుంటే గడ్డలు, వుండ్లు ఏర్పడి తిరిగి పెద్ద ఆపరేషన్ చేయించుకోవలసి వస్తుందని తప్పుగా భావిస్తూ ఉంటారు. కాని ఏ మాత్రం ఆలోచించినా ఇది తప్పు అభిప్రాయం అని తేలిపోతుంది.



## ట్యూబైక్టమీ వల్ల సడుమునొప్పి వస్తుందా?

“డాక్టర్, మీరు కాదని అంటారుగాని ట్యూబైక్టమీ చేయించుకున్న తరువాత నాకు వెన్నునొప్పి వచ్చింది. మరి ఇప్పుడు మీరు ఏమంటారు?” అని ప్రశ్నించింది ప్రసన్న. ప్రసన్న ప్రసవించగానే మళ్ళీ కడుపు రాకుండా ట్యూబైక్టమీ ఆపరేషన్ చేయించుకుంది. ఇప్పుడు సడుమునొప్పి వస్తూ వుంటే, ఆ సడుమునొప్పి ఆపరేషను వల్లనేనని ఆమె అపోహ పడటంలో తప్పులేదు. అయితే సడుమునొప్పి రావడంలో అసలు కారణాన్ని వివరించి చెప్పడంలో డాక్టరు బాధ్యత యెంతో ఉంది. ట్యూబైక్టమీ వలన సడుమునొప్పి ఏమీ రాదులే అని ఆమె మాటని త్రోసి పెట్టేసి ఊరుకుంటే బాధ బాధగానే ఉండిపోయి అపోహ తొలగకుండానే ఉండిపోతుంది.

వాస్తవానికి ట్యూబైక్టమీ వల్ల సడుమునొప్పి రానే రాదు. ట్యూబైక్టమీ చేయించుకున్న ఎందరో స్త్రీలు ఎటువంటి బాధ లేకుండా హాయిగా ఉన్నారు. అయితే కొందరు స్త్రీలలో ఆపరేషను చేయించుకున్న తరువాత సడుమునొప్పి కనిపిస్తూ ఉంటుంది ఎందుకని? అయితే ఇక్కడ ఒక విషయాన్ని జాగ్రత్తగా గమనించాలి ఇలా సడుమునొప్పి కేవలం ట్యూబైక్టమీ చేయించుకున్న స్త్రీలలోనే కాదు, చేయించుకోనటువంటి స్త్రీలలో కూడా కనబడుతుంది. మరి ఆపరేషను చేయించుకోకపోయినా నారిలో సడుమునొప్పి ఎందు

కని ఉంటోంది? దీనికంతటికీ కారణం ఆపరేషన్ చేయించుకోవడం, చేయించుకోకపోవడం కారణం కానేకాదు. కేవలం కాన్పులు అవడమే ఇందుకు కారణము. ఒకటి రెండు కాన్పులు అయినాయా, పది కాన్పులు అయినాయా అనే దాన్నిబట్టి నడుమునొప్పి రావడం, రాకపోవడం ఆధారపడి లేదు. అధికశాతం కేసుల్లో ఒకటి రెండు కాన్పులలోనే వెన్నుకి సంబంధించిన కండరాలలో బలహీనత కలగడమే ముఖ్య కారణము. కండరాలలో బలహీనత రావడానికి, వెనులుబాటు కలగడానికి శ్రీ గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు గర్భములో పిండము పెరుగుతున్న కొద్దీ నడ్డిఎముకపై ఒత్తిడి కలిగి శ్రీ మామూలుగా కూర్చోవడము, పడుకొనలేకపోవడమో కారణము. దానివలన వెన్నుపూసల పొజిషన్లో మార్పు వచ్చి వెన్నులో బాధ ప్రారంభం అవుతుంది. ఈ బాధ శ్రీ గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడే ప్రారంభం అవుతుంది. ఆ సమయంలో గర్భవతి అయిన శ్రీ నడుమునొప్పి మామూలే అని సరిపెట్టుకుంటుంది. కాన్పు తరువాత కూడా ఆ నొప్పి ఉంటూ ఉంటే బాలింతరాలికి బలహీనత సామాన్యమేనని అనుకుంటుంది. కాని ఒకవేళ ట్యూబెక్టమీ చేయించుకున్న తరువాత పై కారణాల వలననే నొప్పి అనిపిస్తూ ఉన్నా అదంతా గమనించక ఆపరేషన్ వలననే అని అనవసరముగా ఆపాదిస్తారు.

జాగ్రత్తగా గమనిస్తే కాన్పులైన శ్రీలు చాలామంది

నడుము నొప్పితో బాధపడుతూ ఉంటారు. వీరు ఎటువంటి ఆపరేషను చేయించుకుని ఉండరు. దీనికి ఇంతకుముందు చెప్పకున్న కారణాలే కాకుండా వెన్నుపూసలకి సంబంధించిన లిగమెంట్లమీదా, బస్తి ఎముకలకి సంబంధించిన లిగమెంట్లమీద గర్భం రావడంవల్ల అధికమైన ఒత్తిడి కలగడమే మరొక కారణం. అంతేకాదు కొంతమంది స్త్రీలకి వెన్నుపూసల మధ్య ఉండే మెత్తని దిండులాంటి డిస్క్ గర్భం పెరగడమవల్ల కాస్త తొలగడము జరుగుతుంది. దీనినే డిస్క్ ప్రొలాప్స్ అని అంటారు. దీనివలన కూడా నడుము నొప్పి వస్తుంది. మరికొంతమంది స్త్రీలకి గర్భము రాకముందే కొన్ని కారణాలవలన వెన్నుపూసలలోని చివరి పూస కాస్త తొలగివుండటమో, వెన్నుపూసకి సంబంధించిన ఒక భాగం బస్తి ఎముకని అంటుకుని పోవడమో జరిగి ఉంటుంది. ఇలా జరిగినప్పటికీ కొందరిలో ఏ బాధ తెలియకుండా ఉంటుంది. కాని మొదట కాన్పు అవడమంతో ఈ పరిస్థితికి సంబంధించిన బాధ నడుమునొప్పి రూపంలో బయటపడుతుంది. కొంతమందికి రెండవ కాన్పుతో మరింత నడుమునొప్పి యెక్కువ అవుతుంది. ఇద్దరు పిల్లలు పుట్టగానే ఆపరేషన్ చేయించుకుని తరువాత పై కారణాలవల్ల వచ్చిన నడుము నొప్పిని ట్యూబెక్టమీ వలననే వచ్చిందని భావించనారంభిస్తారు. ఈ రకంగా గర్భం రావడం వలన బయటపడిన నడుము నొప్పిని అర్థోపెడిక్ కారణాలైన శాక్రో-ఇలియాక్,

లుంబో - శాక్రల్ స్ప్రియస్, ఇంటర్ వెర్టెబల్ డిస్క్ ప్రొలాప్స్, స్పాండిలోలిస్థిను శాక్రల్ జేవనల వలన అని గ్రహించలేక ఒకవేళ ట్యూబెక్టమీ చేయించుకొంటే దానికి ఆచాదిస్తారు. అయితే గర్భవతి అయిన స్త్రీ కాన్సుకి ముందూ, తరువాత కూడా తగిన జాగ్రత్త వహించి వెన్నుకి సంబంధించిన తగిన వ్యాయామము చేస్తే వెన్నుపూసలలో వెనుబుబాటు కలిగినా బాధలేకుండా చేసుకోవచ్చు.

## మరికొన్ని లక్షణాలు

చాలామంది స్త్రీలలో కాన్సుల సమయంలో గర్భాశయ కంఠము కొద్దిగా గాయమై ఎప్పటికీ పచ్చిగా ఉండిపోతుంది. మరి కొందరిలో కాన్సు సమయంలో తగిన శుభ్రతని పాటించకపోతే బాక్టీరియా క్రిములు గర్భాశయ కంఠము దగ్గరికి చేరుతాయి. దీనివల్ల అక్కడ పుండులాగా అవుతుంది. దీనివల్ల వైట్ డిశ్చార్జి అవడమూ, నడుము నొప్పి అనిపిస్తూ ఉంటుంది. అసలు విషయమూ తెలుసుకోలేక కాన్సు అవగానే ట్యూబెక్టమీ చేయించుకుని సమగ్ర నొప్పి అనిపిస్తూ ఉంటే ఆపరేషను చేయించుకుని బాధ తేల్చి పెట్టుకున్నామని అనుకుంటు ఉంటారు. వజైవల్ స్పెక్యులమ్ ద్వారా గర్భాశయ కంఠాన్ని పరీక్షచేసి చూస్తే అసలు కారణము బయట పడుతుంది.

కొందరు స్త్రీలల్లా కాన్పులవల్ల గర్భాశయము ఉండవలసిన పొజిషన్ లో వుండకుండా వెనుకకు వాలిపోతుంది. ఇలా వెనుకకు గర్భాశయం వాలిపోవడానికి కారణము దానిని పొజిషన్ లో నెలబెట్టి ఉండే లింగమెంట్లు గర్భము పెరగడమువలన సాగిపోయి సహజశక్తిని కోల్పోవడమే. అలా వెనుకకు పడిపోయిన గర్భాశయము వలన నడుము నొప్పి అనిపిస్తూ ఉంటుంది. అయితే ఇలా జరిగిన అందరి స్త్రీలలో నడుము నొప్పి ఉండాలని లేదు. అధికశాతము స్త్రీలలో మూత్రము నడుమునొప్పి కనబడుతుంది. మరికొందరి స్త్రీలలో కాన్పు సందర్భములో గర్భాశయము యోని మార్గముగుండా బయటకు కాస్త జారుతుంది. అలా జారబట్టికూడా నడుమునొప్పి తరచు అనిపిస్తూ ఉంటుంది. అయితే ఇలా జరగడమువలన వచ్చే నడుమునొప్పిని దానివలనని అర్థము చేసుకోలేక ట్యూబెక్టమీ చేయించుకుంటే దాని వలనని భావిస్తారు.

కొందరు స్త్రీలకి ఇంటిదగ్గర కాన్పులు అవడమువలన శుభ్రత సరిగ్గా పాటించక పోవడమువలన బాక్టీరియా క్రిములు గర్భాశయానికి, అండ సాహిత్యానికి ప్రవేశించి వ్యాధిని కలుగజేస్తాయి. దానివలన తరచు నడుమునొప్పి అనిపిస్తూ ఉంటుంది, అంతేకాదు స్త్రీ గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు మూత్రకోశ వ్యాధులు, మూత్రపిండాల వ్యాధులు కలగడం సాధారణమైన విషయం. ఈ వ్యాధులు కాన్పు అయి

పోయినా తగ్గిపోకుండా ఉండిపోయి నడుమునొప్పిని కలిగి  
స్తూనే ఉంటాయి. వాటికి చికిత్స పొందకుండా ఉండి  
ట్యూబెక్ట్ మీ చేయించుకుంటే దానివలననే వచ్చిందనీ,  
ఇక ఏమి చేసినా ఫలితం లేదని భావించి బాధపడుతూ అజ్ఞా  
నంతో ఉరుగుంటారు. కాని డాక్టరుకి చూపించి అసలు  
కారణానికి చికిత్స పొందినట్లయితే ట్యూబెక్ట్ మీ గురించి  
కలిగించుకున్న అపోహలు పోతాయి.

### ట్యూబెక్ట్ మీ వల్ల ఒళ్లు వస్తుందా ?

చాలామంది స్త్రీలు ట్యూబెక్ట్ మీ ఆపరేషను  
చేయించుకుంటే పొట్ట పెరుగుతుందనీ, ఒళ్లు వస్తుందని  
భయపడుతూ ఉంటారు. ట్యూబెక్ట్ మీ చేయించుకుంటే  
ఒళ్లు రావడం జరగదు. ఎవరికైనా ఆపరేషను చేయించు  
కున్న తరువాత ఒళ్లు వచ్చిందంటే, ఆపరేషను చేయించు  
కున్నాం కదా, బలంగా తినాలని, మిగడ పెరుగులు, నేతి  
గారెలు తినడం వల్లనో, పనీ పాటా చేయకుండా నెలల  
తరబడి విశ్రాంతి తీసుకోవడం వల్లనో రావడం జరుగుతుంది  
గాని ఆపరేషను వల్ల కానే కాదు. అందుకని అనవసరంగా  
అతిగా తినడం, నెలల తరబడి విశ్రాంతి తీసుకోవడం పనికి  
కాదు. ఆపరేషను చేయించుకున్న వారే కాదు, మామూలు  
వారు కూడా పనీపాటా తీసుకుంటూ కూర్చుని అదే పనిగా  
తినడం చేస్తే వాళ్ళకి కూడా ఒళ్లు వస్తుంది. అసలు ట్యూబె

కృమి అపరేషను చేయించుకున్న తరువాత బలం కోసం వేరే ఏమీ తిననవసరం లేదు. అలాగే ప్రత్యేకంగా విశ్రాంతి తీసుకోనవసరం లేదు. కాని ఈ విషయం కెలియక చాలా మంది స్త్రీలు నెలల తరబడి పని మానివేయడం, అనవసరంగా ఎక్కువ తినడం చేస్తారు.

## కాన్సులైన్ స్త్రీలలో తెల్లబుట్ట ఎందుకని !

కాన్సులప్షన్ గర్భాశయ కంఠం దగ్గర ఒత్తిడి కలిగి చీరుకుని పోవడమో, గాయమవడమో సాధారణమైన విషయం. ఇలా కాన్సుల వలన గాయమైన గర్భాశయ కంఠం (నెర్వెస్) వెంటనే మానిపోక పోతే యోని మార్గంగుండా బాక్టీరియా క్రిములు గర్భాశయ కంఠానికి చేరి అక్కడ స్థానమేర్పరచుకుంటాయి. ఒకసారి గర్భాశయ కంఠంలోకి బాక్టీరియా క్రిములు ప్రవేశించిన తరువాత వెంటనే పూర్తి చికిత్స చేయకపోతే గర్భాశయకంఠం ముందు ఎర్రటి పూతగా కనబడి తరువాత పుండుగా కనబడుతుంది అప్పుడు సాధారణంగా వాడే మందులు యోని మార్గంలోకి జొప్పించి వాడే బిళ్ళల వలన ఫలితం అంతగా కనబడదు ఒకవేళ ఉపశాంతి కనబడినా చాలా మందిలో తాత్కాలికంగానే ఉంటుంది. కొందరికి ఈ పుండుని కరెంటుతో మాడ్చినా తిరిగి రావడానికి ఆస్కారం ఉంది.

గర్భాశయ కంఠం దగ్గర పూతగాగాని, వుండుగా గాని ఏర్పడినప్పుడు తెల్లబట్ట ఎక్కువగా అవుతూఉంటుంది. గర్భాశయ కంఠం దగ్గర వుండుగా ఏర్పడి తెల్లబట్ట అవడ మనేది కాన్పులవలననే కాకుండా అబార్షన్ల వలన, గనేరియా వలన, కాన్పులయినప్పుడు శుభ్రత పాటించక పోవడం వలన కూడా జరుగుతుంది. ఆసుప్రతికి తెల్లబట్ట అవుతోందని చూపించుకోడానికి వెళ్ళే ప్రతి అయిదుగురిలో నలుగురికి గర్భాశయ కంఠం దగ్గర పై కారణాలవలన పూతగాని, వుండుగాని ఏర్పడటమే కారణం. మందులతో గాని, కరెంటుతో నూడ్చడం వలన ఉపశాంతి కలగక బాధాక రంగా ఉన్నప్పుడు గర్భాశయ కంఠాన్ని కొంతభాగం ఆప రేషను చేసి తీసివేయడమో, గర్భసంచిని తీసివేయడమో మార్గం అవుతుంది. అయితే తెల్లబట్ట అవడానికి అసలు కారణాన్ని ముందు నిర్ధారించాలి.

ఆపరేషను చేయించుకోవడమువలన ఒళ్ళు నస్తుందని భావించడం అపోహ మాత్రమే. ఒకవేళ ఒళ్ళు వచ్చినా ఆపరేషను చేయించుకున్నప్పుడు కొన్ని నెలలపాటు విశ్రాంతి తీసుకొని, పళ్ళు-పాలు ఇతర బలవర్ధక పదార్థాలు ఎక్కువగా తీసుకోవడమే కారణం. ఇలా వచ్చిన మంచి ఆరోగ్యం కొందరికి చక్కగా కొనసాగితే, మరికొందరు స్త్రీలు తరువాత తిరిగి తగిన ఆహారం, విశ్రాంతి తీసుకోక యధాస్థితికి వచ్చిన సంఘటనలు కూడా ఉన్నాయి. మరికొందరు స్త్రీలకి ఆపరే



మను అవడం, అవకాశావడంతో సంబంధం లేకుండా కొంత నయస్సు వచ్చేసరికి శరీర ధర్మంలో మార్పులు వచ్చి ఒళ్ళు చేయవచ్చు. ఒకవేళ ఈ మార్పు ఆపరేషను చేయించు కున్న దినాలలో జరిగిపట్లయితే ఆపరేషనువలన జరిగిందని దానికి ఆపాదించడం జరుగుతుంది. ఇలాంటి మార్పు కావా లని అశించిన వాళ్ళు రెండూ ఒకేసారి తటస్థ పడితే సంతోషిస్తారు. మరికొందరు అయితే ఆపరేషను వలన వచ్చిందని తమలో తాము నిందించుకుంటారు.



## 27. ఆపరేషను చేయించుకున్న తరువాత తిరిగి పిల్లలు కావాలనుకుంటే ...

ట్యూబెక్టమీ, వేసెక్టమీ ఆపరేషనులు శాశ్వత కుటుంబనియంత్రణ పద్ధతులు. తాత్కాలిక కుటుంబనియంత్రణ పద్ధతులని అవలంబించడము మానివేస్తే త్వరలోనే గర్భం వస్తుంది. ట్యూబెక్టమీ గాని, వేసెక్టమీ గాని చేయించుకున్న వాళ్ళకి ఇక గర్భం వచ్చే అవకాశమే లేదు. కాని కొన్ని ప్రత్యేక పరిస్థితుల్లో ట్యూబెక్టమీ గాని, వేసెక్టమీ గాని చేయించుకున్న వారికి తిరిగి సంతానం అవసరం వర్పడుతుంది. ఆపరేషను చేయించుకున్న తరువాత ఉన్న పిల్లలు కాస్తా మరణించడమో, భార్యో, భర్తా మరణించగా మళ్ళీ వివాహం చేసుకుని తిరిగి సంతానం కావాలని అనుకోవడమో అప్పుడప్పుడూ జరుగుతూ ఉంటుంది.

ట్యూబెక్టమీ చేయించుకున్న స్త్రీలుగాని, వేసెక్టమీ చేయించుకున్న పురుషులు గాని తిరిగి ఆపరేషను చేయించుకుని సంతానం కోసం ఆశలు పెట్టుకోవచ్చు. సంతానం కోసం తిరిగి ఆపరేషను చేయించుకోవడాన్ని ట్యూబ్ రివర్స్ అని, రీకెనలైజేషన్ అని అంటారు.

(స్త్రీ)లలోగాని, పురుషులలోగాని సంతానం కొరకు

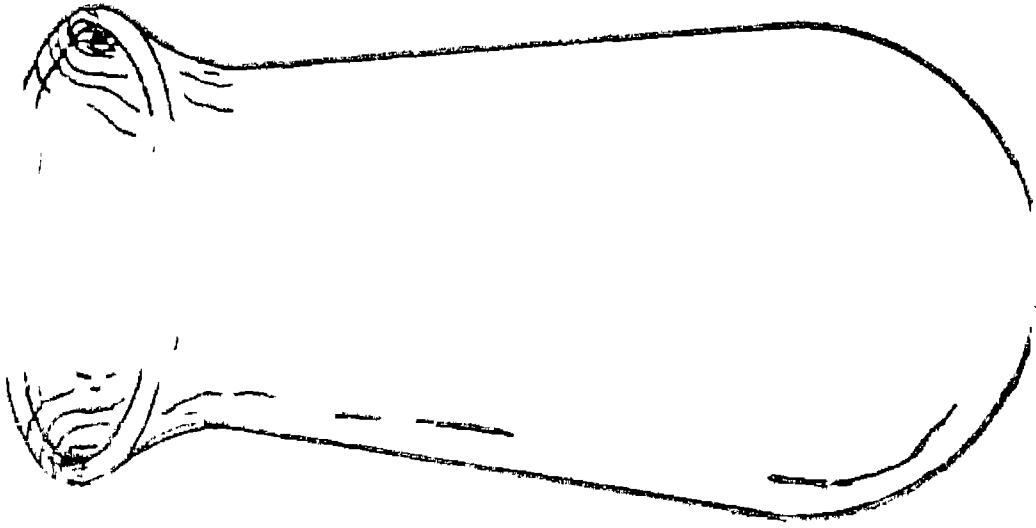
తిరిగి ఆపరేషను చేయించుకున్న వారిలో నూటికి 60-70 మందికి సంతానం మళ్ళీ కలుగుతుంది. ట్యూబోప్లాస్టీగాని, రీకెనలైజేషన్ గాని కాంప్లికేటెడ్ ఆపరేషన్లు కాదు. అయితే ఆపరేషను చేయించుకున్న ప్రతి ఒక్కరికీ తిరిగి తప్పక సంతానం కలుగుతుందనే హామీ లేదు.

పురుషులలో వేసెక్టమీ ఆపరేషను చేయించుకున్న తరువాత తిరిగి సంతానం కొరకు రీకెనలైజేషన్ చేయించు కుంటే ఆపరేషన్ సక్సెస్ అవడమనేది ఒక ముఖ్యమైన విషయం మీద ఆధారపడి ఉంది. వేసెక్టమీ చేయించు కున్న తరువాత తిరిగి త్వరలోనే రీకెనలైజేషన్ ఆపరేషను చేయించుకుంటే సంతానం కలిగే అవకాశాలు ఎక్కువ. అలా కాకుండా వేసెక్టమీ చేయించుకున్న అనేక సంవత్సరాల తరువాత సంతానం కొరకు తిరిగి ఆపరేషను చేయించు కుంటే సంతానం కలిగే అవకాశాలు తక్కువ. ఎందుకంటే వేసెక్టమీ చేయించుకున్న తరువాత నిదానంగా వీర్యకణాలని ఉత్పత్తి చేసే సెమిన్ ఫెరస్ ట్యూబ్యూల్స్ పనిచేయడం మానివేస్తాయి. అందుకని తగినన్ని వీర్యకణాలు లేక గర్భం రాదు. ఒక్కొక్కసారి ఆపరేషను విజయవంతంగా జరిగినా ఆపరేషన్ చేసిన చోట తిరిగి మార్గం మూసుకుని పోవచ్చు. దీనితో సంతానం కలగకుండా అయిపోతుంది. ఇలా మూసు కుని పోవడమనేది తిరిగి ఆపరేషను చేయించుకున్న స్త్రీలలో, పురుషులలో ఇద్దరిలోనూ జరగవచ్చు.

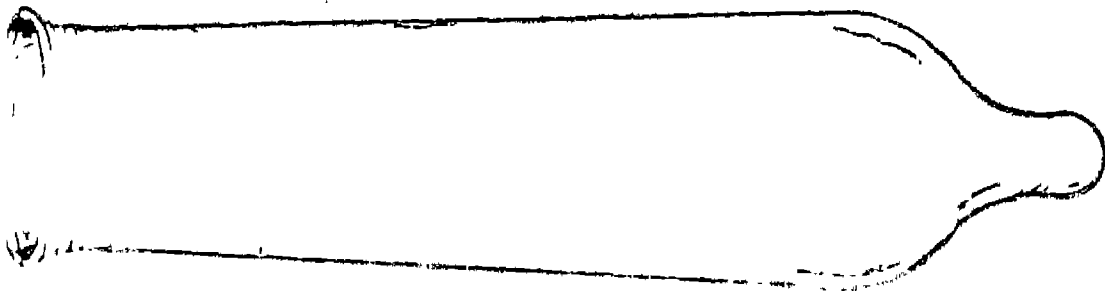
★ ★ ★

# 18. పురుషులకే కాదు స్త్రీలకి కూడా “నిరోధ్”

ఇంతవరకు ‘నిరోధ్’ పురుషుల వాడకానికే తయారు చేయబడ్డాయి అయితే ఇప్పుడు స్త్రీలు వాడటానికి కూడా ‘నిరోధ్’ వంటి సంతాన నిరోధ సాధనం తయారు చేయబడింది. స్త్రీల కోసం తయారుచేయబడిన ఈ క్రొత్త నిరోధ్



స్త్రీలకు నిరోధ్



పురుషులకు నిరోధ్

ఒకటి - రెండు సంవత్సరాల్లో మార్కెట్టులోకి విడుదల అవుతుంది కూడా.

శ్రీల వాడుకకోసం తయారు చేయబడిన ఈ కండోమ్ (నిరోధ) యోనిలో అమరే విధంగా పాలియురీథేన్ శాక్తో రూపొందించబడింది. ఇటువంటి 'శ్రీల నిరోధ' 15 సెంటీ మీటర్ల పొడవు, 7 సెంటీమీటర్ల వెడల్పు ఉంటుంది. ఈ నిరోధ మూతి దగ్గరఉండే పాలియురీథేన్ రింగ్ యోని ముఖద్వారం దగ్గర పట్టి ఉంచితే తేలికగా ముడవబడే రింగ్ యోని లోపల గర్భాశయ కంఠం దగ్గర పట్టుకొని ఉంటుంది. ఈ రకంగా అమరడంపల్ల ఈ నిరోధ యోనిమార్గం లోపల "రబ్బరు సంచి" లాగా ఉంటుంది.

సంయోగంలో పాల్గొన్నప్పుడు శ్రీ యోనిలో అమరిన ఈ పల్చని రబ్బరు తొడుగులో వురుషాంగం ప్రవేశిస్తుంది. శ్రీ యోని కండరాలతో వురుషాంగానికి తిన్నగా సంబంధం రాదు. అయితే శ్రీలకి సంబంధించిన నిరోధ చాలా పలచగా ఉండబట్టి వురుషునికి అది అడ్డు ఉన్నట్లే అనిపించదు. మామూలుగానే యోనిలో సంయోగం జరుపుతున్నట్లే ఉంటుంది. శ్రీకి కూడా సెక్సు స్పందనలు కలగడంలోగాని, సుఖప్రాప్తి కలగడంలోగాని ఎటువంటి తేడా అనిపించదు. మామూలుగా యోనిలో ద్రవాలు ఊరుతూ సంయోగసమయంలో జారుడుగా అనిపించినట్లే ఈ నిరోధలో జారుడుగా ఉండేట్లుగా రూపొందించబడింది.

శ్రీలకోసం రూపొందించబడిన ఈ నిరోధ గర్భం రాకుండా నిరోధించడమే కాకుండా, పురుషునికి ఏమైనా సెక్స్ వ్యాధులు ఉంటే ఆమెకు సంక్రమించకుండా నిరోధిస్తుంది. ఎందుకంటే పురుషులు సంయోగంలో పాల్గొన్నా అతని పురుషాంగం తిన్నగా ఆమె యోని గోడలతో సంబంధం పొందదు. కేవలం యోని లోపల అమరిన - పల్చని రబ్బరు గొట్టంతోనే పురుషాంగం ప్రవేశిస్తుంది. వీర్యస్కలనం కూడా ఆ తొడుగులోనే జరుగుతుంది. అలా స్కలిం పబడిన వీర్యం ఆ తొడుగులోనే ఉండిపోతుంది. సంయోగం అయిపోయిన తరువాత ఆ తొడుగుని యోనినుండి లాగివేసి బయట పారవేయడమే శ్రీ చేయవలసిన పని.

శ్రీలకి రూపొందించబడిన నిరోధ వల్ల పురుషుల నుంచి శ్రీలకిగాని, శ్రీల నుంచి పురుషులకి గాని ఎయిడ్స్ వంటి వ్యాధులుగాని, ఇతర ప్రమాదకర వ్యాధులుగాని సంక్రమించడం ఉండదు

శ్రీల కోసం రూపొందించబడిన నిరోధ వాడకం గురించి, దాని సాధక బాధకాల గురించి ఇప్పుడు ఇంగ్లండులో ప్రయోగాలు జరుగుతున్నాయి. ఇంతవరకు జరిగిన ప్రయోగాలనుబట్టి దీని వాడకంవల్ల శ్రీకిగాని, పురుషునికిగాని ఎటువంటి అసౌకర్యంగాని, అసంతృప్తిగాని కలగడం లేదని తేలింది. పైగా దంపతులు, అందులోనూ ముఖ్యంగా శ్రీలు దీని మీద ఆసక్తి చూపిస్తున్నారు.

‘శ్రీల నిరోడ్’ విజయవంతమైనట్లయితే శ్రీలు కుటుంబ నియంత్రణ కొరకు బిళ్ళలు మింగడంగాని, యోనిలో టాబ్లెట్లు వాడడంగాని అవసరం ఉండదు. పైగా వురుషుడు సరిగ్గా నిరోడ్ వాడకపోతే తనకి ఎక్కడ గర్భం వస్తుందో అని ఆందోళన చెందవలసిన అవసరం ఉండదు. తన భద్రత గురించి తానే జాగ్రత్తపడి హాయిగా దాంపత్య సంబంధాలలో పాల్గొనవచ్చు.

\*\*\*

## 1.9. గర్భం వచ్చినట్లు తెలుసుకోవడం

త్రొందరికి అప్పుడే పిల్లలు వద్దనిపిస్తుంది. కాని దానికి తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోరు. దానితో నెల తప్పడమవుతుంది. ఇక అప్పటినుంచి కంగారు మొదలవుతుంది. ముందు అసలు అది గర్భం రావడమా, బహిష్టులు రావడం ఆలశ్యం అవడమా అనే అనుమానం కూడా కలుగుతుంది. ముఖ్యంగా లూప్ వేయించుకున్నవారిలోనూ, 'టుడే' వైజై నల్ టాబ్లెట్లు వాడేవారిలోనూ, ఫోమ్, జెల్లీలు వాడేవారిలోనూ నెలసరి రాకపోయేసరికి ఇటువంటి అనుమానం కలగడం మరింత ఎక్కువ.

పూర్వకాలమైతే గర్భిణీ అవునా కాదా అని తెలుసుకోవడానికి డ్యుయోగై నాన్, సైక్లోనార్మ్ వంటి బిళ్ళలు, ఇంజక్షన్లు వాడేవారు. ఆ బిళ్ళలు రెండు వేసుకున్నా, రెండు ఇంజక్షన్లు చేయించుకున్నా గర్భం అయినదీ కానిదీ తేలిపోయేది. ఎలాగంటే ఈ మందులు వాడిన వారం పదిరోజుల్లో బహిష్టు స్రావం కనబడితే గర్భం కానట్లు తేలిపోయేది కేవలం ఏదో కారణాలవల్ల బహిష్టు రాలేదు కాని గర్భం రావడం వల్ల కాదని నిర్ధారణ అయ్యేది. అదే మందులు వాడిన వారం పది రోజుల్లో బహిష్టు స్రావం కన



బడకపోతే గర్భం అని నిర్ధారణ అయిపోయేది. గర్భం ఉంటే ఒకటికి పది బిళ్ళలు వేసుకున్నా గర్భం పోవడంగాని, బహిష్టు స్రావం కనబడటం జరగదు. ఇది ఒక రకంగా చాలా తేలికైన పద్ధతే అయినా గర్భం అవునా, కాదా తెలుసుకోవడానికి వాడే ఈ మందు బిళ్ళలవల్ల ఇంజక్షన్ల వల్ల నిజంగానే గర్భం వచ్చి ఉన్నట్లయితే గర్భస్థ శిశువు మీద దుష్ప్రభావాలు కనబడే అవకాశం ఉంది. అందరు శిశువులమీద పీటి దుష్ప్రభావాలు కనబడకపోయినా, నూటికో-కోటికో ఒకరి మీద కనబడినా కూడా తప్పే కదా. అందుకని డ్యుయోగైనాన్ వంటి బిళ్ళలని, ఇంజక్షన్లని గర్భం అవునా, కాదా అని తెలుసుకోవడానికి ఉపయోగించడాన్ని వైద్యశాస్త్రజ్ఞులు ఒప్పుకోలేదు. ఒకవేళ గర్భం అవునా, కాదా అని తెలుసుకోవడానికి వాడితే, దానివల్ల గర్భం ఉందని తేలితే, ఆ గర్భాన్ని ఉంచుకోకుండా అశార్వను చేయించుకోవాలని వైద్యశాస్త్రజ్ఞులు సలహా ఇచ్చారు. ఎందుకంటే ఈ మందులు వాడడంవల్ల పుట్టబోయే బిడ్డ అంగవైకల్యంతో పుట్టుతాడో, పుట్టడో చెప్పడం కుదరదు కనుక, కీడు ఎంచి మేలుకోసం అశార్వను చేసివేయడం అవసరం అని అభిప్రాయం వ్యక్తపరిచారు. అందుకని గర్భం అయితే అశార్వను చేయించుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉంటేనే ఈ గర్భధారణ మందులు వాడాలని సలహా ఇచ్చారు.

వైద్యశాస్త్రం బాగా అభివృద్ధి సాధించడంతో

ఇప్పుడు ఇటువంటి బిళ్ళలు, ఇంజక్షన్లతో పని లేకుండా డేమకర పద్ధతుల వల్లనే గర్భం వచ్చినదీ లేనిదీ తెలుసుకోవడానికి అవకాశం కలుగుతుంది.

## నెల తప్పిన స్త్రీ మూత్రం పరీక్ష

గర్భం అయినదీ కానిదీ తెలుసుకోవడానికి ఈనాడు బిళ్ళలు మ్రింగనవసరం లేదు, ఇంజక్షన్లు చేయించుకోనవసరం లేదు. అంతే కాదు వారం - పది రోజులపాటు వేచి చూడనవసరం లేదు. నెల తప్పిన రోజు నుంచే ఆ స్త్రీ మూత్రం కొద్ది చుక్కలు పరీక్ష చేస్తే చాలు, రెండు నిమిషాల్లోనే ఆమెకు గర్భం వచ్చినదీ లేనిదీ నిర్ధారణ అయిపోతుంది. ఇది ఎలా సంభవమని ఆశ్చర్యం కలగవచ్చు. కాని ఇది సైన్సు సాధించిన విజయం.

అండంతో ఫీర్యకణం కలయిక పొందిన 24 గంటల్లో హ్యూమన్ కోరియానికి గొనాడో ట్రాపిక్ హార్మోను ఉత్పత్తి మొదలవుతుంది. అలా తయారైన హార్మోను మూత్రంద్వారా విడుదల అవుతుంది. ఈ హార్మోను గర్భం దాల్చిన స్త్రీలో తయారవడం, మూత్రం ద్వారా విడుదల అవడం ఉండదు అందుకని అతి సున్నితమైన పరీక్షా విధానం ద్వారా కొద్దిచుక్కలు మూత్రమే మూత్రం తీసుకుని పరీక్ష చేసి ఆ హార్మోను తయారు అవుతున్నదీ లేనిదీ తెలుసుకోవడం జరుగుతుంది.

## గ్రావిండెక్స్ పెస్టు

మూత్రం పరీక్ష ద్వారా గర్భం వచ్చినదీ లేనిదీ తెలుసుకునే పరీక్షా పద్ధతుల్లో గ్రావిండెక్స్ పెస్టు ఒకటి. ఈ పెస్టు ద్వారా నెల తప్పిన తరువాత 2 నుంచి 5 రోజుల లోగా గర్భం వచ్చినదీ లేనిదీ నిర్ధారణ చేయవచ్చు.

## గ్రావిండెక్స్ పెస్టు చేయు విధానం

ఈ పెస్టు చేయడానికి మార్కెట్టులో రెండు రసాయనిక పదార్థాలు ఒక కిట్ గా దొరుకుతాయి. ఈ కిట్ లో ఉండే రెండు సంయోగ పదార్థాలు 1) యాంటిబాడి 2) యాంటిజన్.

పరీక్ష చేయవలసిన స్త్రీ మూత్రాన్ని ఒక చిన్న నీసాలో కొద్ది చుక్కలు పట్టితే చాలు. అలా కలపబడిన మూత్రాన్ని తీసికొని లేబరేటరీలో ఒక గాజు ప్లేటు (గ్లాస్ ప్లేట్) మీద ఒక చుక్క వేస్తారు. దానికి ఒక చుక్క యాంటిబాడి సంయోగ పదార్థాన్ని కలుపుతారు. కిట్ లో ఇవ్వబడిన పుల్లతో గాజుప్లేటు మీద వేసిన రెండు చుక్కలని చక్కగా కలుపుతారు. తరువాత 30 సెకండ్లు పాటు గాజుప్లేటుని (గ్లాస్ ప్లేట్ ను) ఇటు అటు కదుపుతారు. ఆ తరువాత కిట్ లో ఉన్న మరో సంయోగ పదార్థం యాంటి జన్ ని బాగా కుదిపి ఒక చుక్కని కూడా దానితో కలుపు

తారు. తరువాత మళ్ళీ మూత్రాన్ని, యాంటిబాడి, యాంటి జన్ మిశ్రమాన్ని పుల్లతో బాగా కలుపుతారు. అటు పిమ్మట గ్లాస్ స్లైడుని రెండు నిమిషాలు నెమ్మదిగా ఇటు అటు తిప్పుతారు.

**గావిం డెక్స్ పెస్టులో ఎలా తెలుసుకోవచ్చు ?**

మూత్రంలో కనుక హ్యూమన్ కోరియానిక్ గొనాడో ట్రాపిక్ హార్మోను తేకపోతే (గర్భం దాల్చటం జరగక పోవడం వలన) యాంటిబాడి, యాంటిజన్లు రెండూ రెండు నిమిషాల్లో కలిసిపోతాయి. ఇలా కలిసిపోవడాన్ని 'ఎగ్గుటినేషన్' అంటారు. ఎగ్గుటినేషన్ ఏర్పడితే గర్భిణి కాదని అర్థం. దీనినే గ్రావిం డెక్స్ పెస్టు నెగటివ్ అంటారు. ఇక్కడ పెస్టు నెగటివ్ అంటే గర్భం లేదని అర్థం.

మూత్రంలో కనుక హ్యూమన్ కోరియానిక్ గొనాడో ట్రాపిక్ హార్మోను ఉంటే అది యాంటి బాడిన్స్ తో సంయోగం చెందుతుంది. అప్పుడు యాంటిబాడిన్స్ న్యూట్రలైజ్ అవడం వలన యాంటిజన్ తో ఎగ్గుటెనేషన్ ఏర్పడదు. ఈ విధంగా ఎగ్గుటెనేషన్ రెండు నిమిషాల్లో ఏర్పడకపోతే గర్భిణి అని అర్థం. దీనినే గ్రావిం డెక్స్ పెస్టు పాజిటివ్ అంటారు. ఇక్కడ పాజిటివ్ అంటే గర్భిణి అని అర్థం.

ఈ విధంగా నెల తప్పిన స్త్రీ మూత్రాన్ని ఒక చుక్క మూత్రమే తీసుకొని రెండు నిమిషాల్లోనే గర్భిణీ అయినదీ కానిదీ నిర్ధారణ చేసి చెప్పవచ్చు.

## ‘గ్రావిం డెక్స్’ బదులు ‘ప్రెగ్ కలర్’

‘ప్రెగ్ కలర్’ అనేది మరొక రకమైన పరీక్షా విధానము. దీనిలో గ్రావిం డెక్స్ టెస్టులో లాగా కాకుండా “రంగు మార్పు” కలుగుతుంది. అదీగాక పరీక్ష గ్లాసు సైడ్ మీద కాకుండా చిన్న ట్యూబులో చేస్తారు.

ఒక ట్యూబులో యూపిల్ పండు రంగులో చిన్న గోళి ఉంటుంది. దానిలో కిట్ లో ఇచ్చిన భపర్ సల్యూషన్ మొత్తం వేసేసి గోళి కలిసిపోయేవరకు బాగా కుదపడం చేస్తారు. తరువాత భపర్ సల్యూషన్ ఖాళీ చేసిన ప్లాస్టిక్ బాటిల్ తోనే మూత్రాన్ని తీసుకుని 3 చుక్కలు రంగు గోళీ కరిగిన ట్యూబులో వేస్తారు. తరువాత ఆ ట్యూబు మూతిన రబ్బర్ టార్గెట్ తో మూసివేసి బాగా కుదుపు తారు. తరువాత 30 నిమిషాలు అలాగే ఉంచివేస్తారు. అలా ఉంచిన ట్యూబులో ద్రవం ఏ రంగులో ఉందనే దానిబట్టి గర్భం ఉన్నదీ లేనిదీ తెలుసుకోవడం జరుగుతుంది.

గర్భం రాకపోయినట్లయితే ట్యూబులోని ద్రవం డార్క్ పింక్ కలర్ లో ఉంటుంది.

గర్భం వచ్చినట్లయితే ట్యూబులోని ద్రవం రంగు మారిపోయి లైట్ పింక్ లేదా అసలు కలర్ పూర్తిగా లేకుండానో ఉంటుంది. ఇలా కలర్ మారితే ప్రెగ్నెన్సీ టెస్టు పాజిటివ్ వచ్చిందని అంటారు. పాజిటివ్ అంటే గర్భం ఉన్నట్లు అర్థం.

ప్రెగ్ కలర్ టెస్టు గ్రావిండ్లకు టెస్టుకంటే సున్నితమైనది. గర్భం వచ్చిందీ లేదీ గ్రావిండ్లకు టెస్టుకంటే ఇంకా ముందుగా ప్రెగ్ కలర్ టెస్టు ద్వారా తెలుసుకోవచ్చు. హ్యూమన్ కొరియానికు గొనాడోట్రాపికు హార్మోన్ ఒక లీటర్ మూత్రంలో 800 I U ఉంటే తప్ప గ్రావిండ్లకు టెస్టులో పాజిటివ్ రావడం జరగదు. ప్రెగ్ కలర్ టెస్టుకి మూత్రంలో హ్యూమన్ కొరియానికు గొనాడోట్రాపికు హార్మోను 200 I. U. ఉన్నా చాలు. మామూలుగా గ్రావిండ్లకు టెస్టు ద్వారా గర్భం అయినదీ కానిదీ తెలుసుకోవడానికి నెల తప్పిన తరువాత 2 నుంచి 5 రోజులు ఆగవలసి ఉంటే ప్రెగ్ కలర్ టెస్టు ద్వారా నెల తప్పిన రెండవ రోజునే గర్భం అయినదీ కానిదీ నిర్ధారణ చేసుకోవచ్చు.

గర్భం అయినదీ కానిదీ తెలుసుకోవడానికి మూత్రాన్ని పరీక్ష చేయడానికి రోజులో మొట్టమొదటిసారి పాస్ చేసే మూత్రమే అవసరం లేదు. మూత్రాన్ని ఎప్పుడూ పట్టినా పనికి వస్తుంది. అయితే మూత్రాన్ని కలెక్టు

చేసిన తరువాత సాధ్యమైనంత త్వరగా పరీక్ష చేయడం అవసరం. కనీసం 12 గంటల లోపు పరీక్ష చేయవలసి ఉంటుంది. 12 గంటలుకంటే ఎక్కువ కాలం పట్టేట్లు యితే మూత్రానికి ధమిరొసాల్ లేదా సోడియం ఎజైడ్ గాని కొంత కలిపి రిఫ్రిజిరేటర్ లో ఒక వారం రోజులు ఉంచవచ్చు. అలా ఉంచిన మూత్రాన్ని వారంరోజుల తరువాత పరీక్ష చేసినా గర్భం వచ్చిందీ లేనిదీ తెలుస్తుంది.

కుటుంబ నియంత్రణ పాటించాలనుకున్న దంపతులకి ఇటువంటి టెస్టులు ఉన్నాయనే విషయం తెలిసి ఉండాలి. ఎందుకంటే ఏ కారణం వలన ఋతుస్రావం రావడం ఆలశ్యమైనా గర్భం వచ్చిందేమోనని భయంకలుగుతూ ఉంటుంది. అటువంటి భయం లేకుండా ఉండటానికి బహిష్టు రావలసిన సమయానికి రాకపోతే మరుసటి రోజునే డ్రైప్ కలర్ వంటి టెస్టు చేయించుకుని గర్భం అయినదీ కానిదీ నిర్ధారణ చేసుకోవచ్చు. అప్పుడు కావాలంటే గర్భం ఉంచుకునేది, వద్దనుకుంటే గర్భస్రావం చేయించుకునేది. అంతేగాని అనవసరంగా మానసిక ఆందోళన చెందనవసరం లేదు.

\*\*\*

## 20. సంతాన నిరోధ పద్ధతులు విఫల మైతే కలిగే లక్షణాలు

కోమలకోటి కోర్కెలతో సంసార జీవితంలో అడుగు పెట్టింది. శాశ్వతమనచి కన్యాకుమారి వరకు హానీమూన్ వెళ్ళాలని, జీవితాన్ని హాయిగా అనుభవించాలనుకుంది. అందుకోసం వెంటనే గర్భం రాకుండా ఏవేవో మందులు వాడింది. అవి సక్రమంగా వాడకపోయేసరికి కల చెదిరింది. వివాహమయిన కొద్దిరోజులకే శారులో కాస్త దూరమైనా వెళ్ళలేని అనారోగ్యస్థితి ఏర్పడింది. పెళ్ళికాక ముందు అందరి అమ్మాయిల్లాగానే ఎన్నో తీయని కలలుకన్నది. స్కూటరు మీద కూర్చుని, బీచ్ రోడ్డున భర్త సదుముకి చేయిచుట్టి రయ్మని పోవాలనుకుంది. కాని పెళ్ళి అయి రెండు - మూడు నెలలు అవకుండానే వాంతులు - వికారం ప్రారంభమయ్యాయి.

### వాంతులు - నీరసం

సాధారణంగా కడుపు వచ్చినపుడు వేవిళ్ళు కలుగుతాయి. ఉదయంపూట ఒకటి రెండు వాంతులు అవడమో లేక కడుపులో వికారంగా నుండటమో తప్ప తల్లి ఆగో



గ్యానికి ఎటువంటి హాని కలగదు. ఇటువంటి స్త్రీకి వేవిళ్ళు వున్నా తీసుకున్న ఆహారం అంతగా బయటకుపోదు. అందు వల్ల వీరు బరువు కోల్పోవడం జరగదు. కాని అరుదుగా కొందరిలో ఈ వేవిళ్ళు చాలా ఎక్కువగా వుంటాయి. తక్కిన స్త్రీలల్లో కొద్దిరోజులుండి తగ్గిపోతే, ఈ స్త్రీలల్లో వచ్చిన వేవిళ్ళు తగ్గకపోవడం అటుంచి, ఇంకా ఎక్కువ అవుతాయి. తీసుకున్న ఆహారం ఏ మాత్రం వంటబట్టకుండా వాంతులయిపోవడం, దానివల్ల బాగా నీరసం వచ్చేయడం, బరువు తగ్గిపోవడం జరుగుతుంది.

వేవిళ్ళు ఎక్కువగా మొదటి కన్నులో కనబడుతాయి. కొందరిలో ప్రతీసారి కడుపు వచ్చినప్పుడు వేవిళ్ళు కొద్దిగా పోవడం కనబడతాయి. సాధారణంగా నెల తప్పిన పదిహేను రోజుల్లో వేవిళ్ళు ప్రారంభం అవుతాయి. ఇలా ప్రారంభమైన వేవిళ్ళు దాదాపు మూడవనెల నిండగానే తేకుండా పోతాయి. కొందరిలో ఇంకో నెలా రెండు నెలలు ఎక్కువ ఉంటాయి.

స్త్రీ గర్భవతి అయినప్పుడు కొద్ది రోజుల్లోనే శరీరంలో అనేక మార్పులు కలుగుతాయి. శరీరంలో కలిగే అనేక రసాయనిక మార్పులవల్ల కడుపులో వికారం, వాంతులు ప్రారంభం అవుతాయి. అయితే కొద్ది రోజుల్లోనే శరీరం ఈ రసాయనిక మార్పులకి తట్టుకుని మామూలుగా తయారవుతుంది. దానితో వికారం, వాంతులు తగ్గిపోతాయి.

అయితే కొందరిలో ఈ రసాయనిక మార్పులవల్ల నచ్చే  
శారీరక పరిణామాలు ఆందోళన కలిగిస్తాయి. ఈ మానసిక  
ఆందోళనవల్ల, భయంవల్ల వేవిళ్ళు తగ్గకపోవడం అటుంచి  
పెరిగిపోతాయి.

(స్త్రీ) గర్భవతి అయినప్పుడు హార్మోన్లలో కొంత  
అస్తవ్యస్తత ఏర్పడుతుంది. ప్రొజెస్టిరోన్ హార్మోన్  
తక్కువ అయిపోయి కోరియానిక్ గొనాడో ట్రూపిక్  
హార్మోన్లు యెక్కువ అనడం వేవిళ్ళకి ఒక కారణంగాకూడా  
భావించబడుతుంది. కొందరిలో కడుపు వచ్చినప్పుడు కొన్ని  
ఎలర్జిక్ పరిస్థితులు ఏర్పడి దానివల్ల వాంతులు కలుగుతాయనే  
భావం ఉంది. ఏది ఏమైనా వేవిళ్ళు ఉన్నప్పుడు పుల్ల  
పుల్లగా తినడమనేది, కేవలం తినాలని తినడం తప్ప వేరే  
కారణం లేదని కొందరంటారు.

## అతిగా వేవిళ్లు

ముందు చెప్పిన కారణాలతో పాటు గర్భవతి అయిన  
స్త్రీలలో మానసిక భయాందోళనలు ఎక్కువగా ఉంటే  
వేవిళ్ళు అతిగా ఉంటాయి ఇలా అతిగా వేవిళ్లు ఉన్న స్త్రీ  
పూర్తిగా క్షీణించిపోవడం జరుగుతుంది. వాంతులు నీళ్ళు  
నీళ్ళుగా ఉండడమో, కాఫీ రంగులో ఉండడమో జరుగు  
తుంది. అతిగా వాంతులు అనడంవల్ల కళ్ళు లోపలికిపోతాయి  
చర్మానికి సాగే గుణం పోతుంది. కడుపులోపల అణిగిపోయి

నట్లు వుతుంది. నాలిక, పెదవులు పగిలి నట్లు ఎండిపోతాయి. కళ్ళు పసుపుపచ్చగా కామెర్లలాగా మారిపోతాయి. మూత్రం చాలా కొద్దిగానే అవుతుంది. రక్తపోటు పడి పోతుంది. ఒంట్లో వేడికూడా తగ్గిపోతుంది. ఇటువంటి వేవిళ్ళ పరిస్థితిని చాలావరకు సరిదిద్దడమో, అరికట్టడమో జరుగుతున్నది.

**వివాహిత స్త్రీకి వికారం - వాంతులు వచ్చినంత మాత్రాన గర్భం కాదు సుమా !**

కొన్ని ఇతర కారణాలవల్ల కూడా కడుపులో వికారంగా వుండడం, వాంతులు అవడం, జ్వరం వున్నట్లు అనిపిస్తుంది. అంతమాత్రాన అవి వేవిళ్ళు లక్షణాలేనని డాక్టరు చేత పరీక్ష చేయించుకోకుండా ఊరుకోవడం సరియైన పద్ధతి కాదు. మూత్రపిండాలకి సంబంధించిన వ్యాధి స్త్రీలలో సాధారణంగా కనబడుతుంది. దీనివల్ల వాంతులు అవుతూ వుండడం, ఆకలి లేకపోవడం, ఎప్పుడూ వికారంగా వుండడం ఉంటాయి. అలాగే స్త్రీకి గర్భం రావడంతో సంబంధం లేకుండా జీర్ణ కోశ వ్యాధులు, లివర్ వ్యాధులు, మెదడుకి సంబంధించిన వ్యాధులు కలిసే వాంతులు అవుతూ ఉండవచ్చు. అందుచేత డాక్టరుచేతి పరీక్ష చేయించుకుని వాంతులు వికారం ఎందుకు ఉన్నదీ నిర్ధారణ చేసుకుని చికిత్స పొందాలి.

## గర్భిణి స్త్రీలో వచ్చే మరికొన్ని మార్పులు

గర్భవతి అయిన స్త్రీలో వచ్చే మార్పులు వేవిళ్ళు కనబడడం మాత్రమే ఒక ప్రత్యేక మార్పుగా కొందరు భావిస్తారు. గర్భిణి స్త్రీకి వేవిళ్ళు రావడం, వక్షోజాలు బరువుగా, బిగుతుగా మారడమే కాకుండా ఇంకా అనేక శారీరక మార్పులు వస్తాయి. స్త్రీ గర్భవతి కానప్పుడు గర్భసంచికి అంగుళాల పొడవు, రెండు ఔన్సుల బరువు మాత్రమే ఉంటుంది. కాని గర్భవతి అయిన నెలలు నిండుతూ వుంటే గర్భసంచి 12 అంగుళాల పొడవు ఉండటమే కాకుండా 2 పౌండ్ల బరువు కూడా పెరుగుతుంది. దీనికి గర్భసంచికి కండ పెరగడం ముఖ్యకారణం.

ఈ రకంగా గర్భసంచికి సంబంధించిన కండ పెరగడానికి ఈస్ట్రోజోన్, ప్రొజెస్టిరోన్ హార్మోనులు కావచ్చు. సాధారణంగా స్త్రీ గర్భవతి కాగానే బహిష్టుసావం కనబడటం ఆగిపోతుంది. కాని అరుదుగా కొందరిలో నెలతప్పిన మొదటి రెండు మూడు నెలలు కాస్త బహిష్టుసావం నెల నెలా కనబడుతుంది.

గర్భవతి అయిన స్త్రీలలో కొందరికి నెలలు నిండుతున్న కొద్దీ తెల్లబట్ట అవడం జరుగుతుంది. ఎందుకంటే గర్భిణి స్త్రీలో గర్భాశయ కంఠం రక్తాధిక్యతవల్ల మెత్తబడుతుంది. ఈ రక్తాధిక్యతవల్ల అక్కడినుంచి ఒక పల్చని ద్రవం ఊరుతూ ఉంటుంది. అంతేకాని అదేమీ జబ్బు కాదు.

నెలలు నిండుతున్న కొద్దీ గర్భసంచిలోని బిడ్డ పెరగడం జరిగి డయాఫ్రమ్ పైకి నెట్టివేయడంవల్ల ఊపిరితిత్తులు నొక్కివేయబడినట్లు అనిపిస్తుంది. దీనివల్ల గర్భిణిశ్రీ గాలి పూర్తిగా పీల్చలేకపోవడం, ఆయాసపడటం జరుగుతుంది.

గర్భిణి శ్రీలలో గర్భం వచ్చిన మొదటి 2, 3 నెలల్లోనూ ఎక్కువసార్లు మూత్రవిసర్జన జరుగుతుంది. దీనికి గర్భం చాలిచ్చినప్పుడు గర్భకోశం దగ్గర రక్తాధిక్యత కలగడం పెరుగుతున్న గర్భకోశం మూత్రకోశాన్ని నొక్కడం కారణాలు. నాలుగవ నెల వచ్చేసరికి ఎక్కువసార్లు మూత్ర విసర్జన చేయడం ఆగిపోతుంది. తిరిగి నెలలు నిండి కాన్పువచ్చేముందు ఎక్కువసార్లు మూత్రవిసర్జన చేయడం జరుగుతుంది. దీనికి కారణం బిడ్డ తల క్రిందికి దిగుతూ మూత్రకోశాన్ని నొక్కివేయడమే. కొందరి శ్రీలకి మూత్రం పరీక్షచేస్తే మూత్రంలో షుగర్ కనబడుతుంది. గర్భిణి శ్రీలకి మూత్రంలో షుగర్ కొద్ది మొత్తంలో లీక్ అవడం మామూలు విషయమే.

గర్భిణి శ్రీలలో చాలామందికి సరాల బలహీనత కలిగినట్లు అనిపిస్తుంది. కొంతవరకు దీనికి మానసిక వేదన కారణం. ఈ మానసిక ఆందోళనలవల్ల చికాకు, నిద్రలేకపోవడం, నిర్లప్తత, అకన్నాత్తుగా ఆవేశం, ఉద్రేకం కలుగుతూ ఉంటాయి. ఈ మానసిక విపరీత పరిస్థితివల్లనే కొందరు

భోజనసంమీద ఆసక్తి చూపించకపోవడం, బొగ్గులు, మట్టి బియ్యంలోని రాళ్ళు లాంటివి తినడం చేస్తూ వుంటారు.

## గర్భిణి స్త్రీలలో బరువు పెరుగుదల

(స్త్రీ)కి కడుపువచ్చిన మొదటి నెలలో బరువు పెరగడం జరగకపోయినా 2వ కేవల నెలల్లో ఒక్కొక్క పాను, నాలుగు అయిదవ నెలల్లో నెల ఒక్కొక్కటికి నాలుగు పాను, ఆరువడు నెలల్లో నెల ఒక్కొక్కటికి అయిదు పాను, ఎనిమిది తొమ్మిది నెలల్లో నెల ఒక్కొక్కటికి కే పానులు బరువు ఎక్కడం జరుగుతుంది.

## నాలుగవ నెలనుంచీ నలుగురికీ తెలిసే లక్షణాలు

వేవిళ్ళు కాస్త తగ్గినట్లు అనిపించినా నోట్లో ఉమ్ము మాత్రం ఎక్కువ అవుతుంది. వక్షోజాలు సైజు పెరగడం ప్రత్యేకంగా కనబడుతుంది. ఈ విషయంలో అయిదవ నెల దాటిన తరువాత మరింత త్వరగా మార్పు కనబడుతుంది. నాలుగు నెలలు నిండిన పదిహేను రోజుల్లో కడుపులో బిడ్డ కదలడం ప్రారంభమవుతుంది.

మొదటి కాన్పులోకంటే తరువాత కాన్పులో బిడ్డ కదలికలు ఇంకా యింతకంటే ముందుగానే తెలుస్తాయి. పిండం గర్భకోశంలో ఎదుగుదలతో పాటు గర్భాశయం

ఎదుగుడల ప్రారంభం అవుతుంది. కి నెలలు నిండగానే పొత్తి కడుపు దగ్గర గట్టిగా తగిలినా అయిదవనెల నుంచి స్పష్టంగా అందరూ గుర్తించే విధంగా పొత్తి కడుపు దగ్గర ఎత్తుగా కనబడుతుంది. గర్భాశయం ఎదుగుడలతో పాటు కడుపుమీద తెల్లని చారలు ప్రారంభిస్తాయి ఈ చారలు కూడా త్రీ ఒక్కసారి గర్భవతి అయినట్లుగా తెలియజేస్తాయి. కొందరిలో నెలలు పెరుగుతున్న కొద్దీ కడుపులో నొప్పి లేకుండా కడుపు విగపట్టి వదిలినట్లుగా అనేకసార్లు అనిపిస్తూ ఉంటుంది. అయిదవనెల నిండిన తరువాత కడుపుమీద చెయ్యివేసి బిడ్డని నొక్కినట్లయితే, గర్భాశయంలోని బిడ్డని తేలికగా కదిపినట్లు అవుతుంది. ఈ సమయంలో బిడ్డ సైజుకంటే ఉమ్మ నీరు శాతం ఎక్కువగా ఉండటమే దీనికి కారణం. ఆరవనెల నిండిన దగ్గరనుంచి బిడ్డ కదలికలు చాలా స్పష్టంగా తెలుస్తాయి ఈ సమయానికి బిడ్డ పెరగగా గర్భాశయం తల్లి బొడ్డుదాకా పెరుగుతుంది. గర్భాశయంలో ఉన్న బిడ్డ గుండె కొట్టుకోవడం కూడా పైతస్కోవు ద్వారాగాని ఫీటస్కోప్ తోగాని స్పష్టంగా వినవచ్చు. బిడ్డ శరీరభాగాన్ని పొట్టపై నుంచి అదిమి తెలుసుకోవచ్చు కూడా.

### ఏడవ నెల నుంచి కనబడే లక్షణాలు

నెలలు నిండుతున్న కొద్దీ వక్షోజాలు నిండుగా, పెద్దవిగా తయారవుతాయి. కాని మడమల దగ్గర, పాదాల దగ్గర

నీరుచేరి ఉబ్బినట్లు అవవచ్చు. పని చేయగానే ఆయాసం అనిపిస్తూ ఉంటుంది. ముఖ్యంగా అన్నం తినగానే ఆయాసం వస్తుంది. దీనికి కారణం పెరుగుతున్న గర్భంకోశం, తీర్ణకోశాన్ని ఛాతీని నొక్కివేయడమే. అప్పుడప్పుడు సడన్ గా కడుపు బిగదీసిపట్టు అవుతుంది. మూత్ర విసర్జన కూడా ఎక్కువసార్లు అవుతుంది. కడుపుపై నుంచి చేతితో నొక్కిచూస్తే బిడ్డకి సంబంధించిన శరీర భాగాలయిన తల, పిరుదులు, చేతులు, కాళ్ళు మొదలయినవి తగులుతూ వుంటాయి.





## 21. గర్భం రావడం విషయంలో దంప తుల్లో ఉండే అపోహలు

సుమిత్రకి తన బావ సౌజన్యరావు అంటే ఎంతో ప్రేమ. పెళ్ళి చేసుకుంటే బావనే పెళ్ళి చేసుకోవాలని గాఢమైన కోరిక. ఆమె కోరికకు తగ్గట్టు సౌజన్యరావుకి కూడా సుమిత్ర అంటే ఎంతో ఇష్టం. మనసులు కలిసిన తరువాత మనుషులు కలవకుండా వుండటం వారిద్దరికీ బాధాకరంగానే వుంది. తల్లి దండ్రులు ఇంకా ఏవేవో చాదస్తాలు పెట్టుకుని వివాహానికి ముహూర్తం నిశ్చయించనే లేదు. నిండు వెన్నెల, చల్లనిగాలి, దానికి తోడు సన్నజాజులు—మల్లెల సుగంధ పరిమళాలు, అంతకంటే అనుకోకుండా తటస్థ పడిన ఏకాంతం సుమిత్రని తన బావ కౌగిట్లో కరిగిపోయే టట్లు ప్రోద్బలమిచ్చాయి. మనసులు ఒక్కటితో పాటు శరీరాలు కూడా ఒక్కటయినాయి. వెచ్చని కౌగిలినుంచి విడివడిన తరువాత జరిగినదాని గురించి సుమిత్ర భయపడి పోతూ వుంటే “ఒక్కసారి సంయోగానికే కడుపు వస్తుందా ఏమిటి? పిచ్చిగాని” అంటూ జరిగినదానికి ఆమెను సమాధానపరిచాడు.

నిజమే సౌజన్యరావు చూసినంతమట్టుకు తనకు తెలి

సిన వారందరూ ఎంతో కాలం దాంపత్య జీవితం గడిపితేనే తప్ప గర్భవతులు కాలేదు." అంత ప్రీతిగా దాంపత్య జీవితంలో పాల్గొన్నప్పుడే వెంటనే గర్భం రానప్పుడు ఏదో ఒక ఆవేశంలో ఒకసారి మాత్రమే సంయోగం చేసినంత మాత్రాననే గర్భం ఎలా వస్తుంది? తానేమీ ఎక్కువ సార్లు సంయోగం చేస్తే కదా ! ఇందుకోసం ప్రత్యేకంగా గర్భనిరోధక పద్ధతులు వాడటమెందుకు? ఇలా భావించిన సౌజన్యరావుకి పెళ్ళిపీటలమీద కూర్చోకుండానే సుమిత్రకి వేవిళ్ళు కనబడటం ఆశ్చర్యం కలిగించింది.

## ఒక్కసారే సంయోగం జరిపినా గర్భంవస్తుందా

ఎందుకు గాదూ ? సుమిత్ర విషయంలో జరిగిందేమిటి ? అది మొట్టమొదటి సంయోగమూ, లేక తరచుగా పాల్గొనే సంయోగమూ అనే దాన్నిబట్టి గర్భం రావడం ఆధారపడి వుండదు. అండం విడుదలయ్యే సమయంలో సంయోగంలో పాల్గొంటే అది మొట్టమొదటి సంయోగమైనా గర్భం రావడానికి చాలా హెచ్చు అవకాశాలు వున్నాయి. అండం విడుదలయ్యే రోజుల్లో కాకుండా ఇతర రోజుల్లో ఎన్ని సార్లుసంయోగంలో పాల్గొన్నా గర్భం రాదు. అందుచేత గర్భం రావడానికి ఎక్కువసార్లు సంయోగంలో పాల్గొనడానికి, పాల్గొనకపోవడానికి సంబంధం లేదు. అయితే చాలామంది దాంపత్య జీవితంలో వరసగా పాల్గొన్నా

వెంటనే గర్భవతులు కాకపోవడం ఎందుచేత అని అనుమానం కలగవచ్చు. దీనికి అండం విడుదల లేకపోవచ్చు. అండం విడుదలై నా అండవాహికల్లోనూ, గర్భాశయంలోనూ వీర్యకణాలతో అండం కలయికకు సరైన అవకాశం. అనుకూలత లేకపోవచ్చు, లేదా రతి పద్ధతుల్లో లోపం కావచ్చు. ఇంకా ఇతర కారణములు చాలా ఉన్నాయి. గర్భం ఎప్పుడు వస్తుందో, ఎప్పుడు రావడానికి అవకాశమున్నదో తెలియక “ఎప్పుడో ఒకసారి సంయోగంలో పాల్గొన్నంత మాత్రాన కడుపు వస్తుందా ఏమిటి” అంటూ కొంతమంది పురుషులు కన్నెపిల్లల జీవితాలతో చెలగాటాలాడటం చూస్తున్న విషయమే. అలాగే అమాయకమైన కన్నెపిల్లలు యిదే అభిప్రాయంతో మోసపోవడం జరుగుతున్న విషయమే.

## గర్భం రావడానికి...

గర్భం రావడానికి పలుసార్లు సంయోగం జరగవలసిన అవసరం లేదు. అండం విడుదలలేని రోజుల్లో సంయోగంలో పాల్గొన్నా గర్భం రాదు. అండం విడుదల అయిన రోజున ఒకసారే సంయోగం జరిగినా గర్భం వస్తుంది. అయితే కొందరికి అండం విడుదలైన రోజున సంయోగంలో పాల్గొన్నా గర్భం రాదు. అలా రాకపోవడానికి ఇతర కారణాలెన్నో ఉంటాయి. ఇటువంటివారు డాక్టరుచేత పరీక్ష చేయించుకుని దానికి తగిన కారణం తెలుసుకుని చికిత్స పొందాలి.

## రజస్వల కాకుండా గర్భం రావచ్చా ?

కొంతమంది ఆడపిల్లలు రజస్వల కాకముందే శారీర కంగా మానసికంగా పరిపక్వత చెందుతారు. రజస్వల కాక పోయినా వీరి జననేంద్రియాలు సంయోగానికి అనువుగా వుంటాయి. సాధారణంగా రజస్వల కావడానికి 2, 3 సంవత్సరాల ముందునుండే సెక్సు బహిష్టు తయారవడం ప్రారంభం అవుతాయి. కనుక జననేంద్రియాల వికాసంతోపాటు సెక్సు కోరికలు కలుగుతాయి. అటువంటప్పుడు అరుదుగా కొందరిలో సెక్సు సంబంధాలు సహజం. రజస్వల అవడం అనేది శ్రీలో మొదటిసారి అండం విడుదలై న తరువాత 14 రోజులకి కనబడే బహిష్టు స్రావం. ఒకవేళ రజస్వల అవడానికి ముందునుండే ఆ బాలికకు పురుష సంపర్కం అంటూ ఉంటే మొట్టమొదటిసారి విడుదలై న అండంతో వీర్యకణములు కలిసి పిండంగా మారడానికి అవకాశాలు ఉన్నాయి. అటువంటప్పుడు ఆ బాలిక రజస్వల అయినట్లు సూచనగా బహిష్టు స్రావం అవకుండానే గర్భవతి కావడం జరుగుతుంది. రజస్వల కాకుండానే గర్భవతులై న శ్రీల గాఢలు వైద్య చరిత్రలో లేకపోలేదు.

## బహిష్టు సమయంలో సంయోగం చేసినా గర్భం వస్తుందా ?

సాధారణంగా బహిష్టు స్రావం అవుతున్నప్పుడు రతిలో పాల్గొంటే గర్భం రాదని భావిస్తూ వుంటారు. కాని

అందరి విషయంలోనూ సరిపోదు. పదిరోజులకి పదిహేను రోజులకి బహిష్టస్నానం కనబడేవాళ్ళలోనూ 2, 3 వారాలకే బహిష్ట అయ్యే స్త్రీలలోనూ అండం విడుదల సరిగ్గా ఉండదు. ఉదాహరణకి 21 రోజులకి బహిష్ట అయ్యే స్త్రీలకి బహిష్ట ప్రారంభం అయిన తీవ్ర రోజునుంచి 9వ రోజులోగా ఎప్పుడయినా అండం విడుదల కావచ్చు. అండం విడుదలకి 5 రోజులు ముందు వీర్యకణములు విడుదలై యోని మార్గంలో పున్నా అవి అండంతో కలిసే శక్తి కలిగి వుంటాయి, అందుచేత బహిష్ట అయినప్పుడు సంయోగం జరిపితే గర్భం రాదులే అని బహిష్ట స్నానం కనబడిన రెండవరోజుగాని, 5వ రోజుగాని రతిలో పాల్గొంటే గర్భం రావడానికి అవకాశాలున్నాయి. అలాగే ప్రతి 10 రోజులకి 15 రోజులకి బహిష్టస్నానం కనబడే వాళ్ళలో ఎప్పుడు అండం విడుదల అవుతుందో చెప్పడం కష్టం. ఒక్కొక్కసారి బహిష్టస్నానం అని భావిస్తున్న దినాల్లో కూడా అండం విడుదల అవుతూ వుండవచ్చు. ఇలా అస్తవ్యస్తంగా బహిష్ట అయ్యేవాళ్ళలో కాకుండా 23 రోజులకి 30రోజులకి బహిష్ట అయ్యేవాళ్ళలో సూత్రం బహిష్ట సమయంలో సంయోగం జరిపితే గర్భం వచ్చే ప్రమాదం ఉండదు.

**స్త్రీలో కామోదేకం కలగకపోతే గర్భంరాదా**

కొంతమంది స్త్రీలు తాము రతిలో పాల్గొన్నప్పుడు కామోదేకం పొందకపోతే కడుపు రాకుండా వుంటుందని

భావిస్తారు. దీనికి వారిలో కొన్ని తప్ప అభిప్రాయాలు వుండటమే కారణం. పురుషులకి ఏ విధంగా వీర్యస్కలనం అయితడి తడిగా స్పృష్టంగా తెలుస్తుందో అదే విధంగా తమకు కూడా ఒక రకమైన స్కలనం అవుతుందనీ, ఆ స్కలనం అయితేనే గర్భం వస్తుందనీ భావిస్తారు. దానికి తగ్గట్టుగా వారిలో కామోద్రేకం బాగా కలిగినప్పుడు యోని దగ్గర పల్చని ద్రవం ఊరి తడి తడిగా గుర్తించడం జరుగుతుంది. తమలో కూడా పల్చని ద్రవం స్కలనం అయితేనే గర్భం వస్తుంది. కనుక అసలు రతిలో ఎక్కువ ఉద్రేకపడకుండా ద్రవాలు యోనిదగ్గర పూరకుండా చేసుకుని గర్భం రాకుండా దాంశత్య సంబంధం కలిగి వుండవచ్చని భావిస్తూ వుంటారు. అయితే సంతాన నిరోధక పద్ధతికి ద్రవాలు పూరకుండా కామాన్ని అదుపులో వుంచుకునే దానికి ఏమీ సంబంధం లేదు. స్త్రీకి కామోద్రేకం కలిగినప్పుడు యోని నదులు అయిపోవడం, యోని దగ్గర ద్రవాలు పూరడం మామూలుగా జరిగే విషయం. ఈ రకంగా తయారయిన ద్రవాలు యోనిలో వీర్యకణములు త్వరత్వరగా పయనించడానికి అనకాశం కలిగించినా, ఆ ద్రవాలు పూరడం జరగకపోయినా, స్త్రీకి కామోద్రేకం కలగకపోయినా వీర్యకణములు మాత్రం గర్భాశయంలోకి పయనించే శక్తి కలిగి వుంటాయి. అందుకనే కొందరు స్త్రీలు ఏనాడూ రతిలో సుఖప్రాప్తి పొందకపోయినా, రతిలో జడత్వం కలిగివున్నా పిల్లల్ని కనడం జరుగుతుంది.

## చిన్న వయసులోనే గర్భం వస్తే నష్టాలు

రజస్వల అయిన కొద్ది నెలలలో సంవత్సరాలలో వెంటనే గర్భం వస్తే కాన్పు అవడానికి ఎంతో యిబ్బంది కలగవచ్చు. ఒక్కొక్కసారి ఆ చిన్నారి తల్లిలకి సిజేరియన్ చేసి బిడ్డను బయటకు తీయవలసి వుంటుంది. ఎందుకంటే ఆ వయస్సుకి బిడ్డవుట్టి మార్గంలో తగినంత విశాలంగా పెరగడం జరగదు. దీనికి కారణం బస్తి మార్గంలోని ఎముకలు బిడ్డ బయటకు రావడానికి పీలుగా వెడల్పు కాకపోవడమే. అటువంటప్పుడు సిజేరియన్ ఆపరేషన్ చేసి బిడ్డను బయటకు తీయకపోతే తల్లి ప్రాణానికి బిడ్డ ప్రాణానికి కూడా ప్రమాదం జరగవచ్చు. అందుకనే బాల్యవివాహాలు ఎక్కువగా జరిగే పూర్వపు రోజుల్లో ప్రసూతీ సమయంలో మాతృ మరణములు, శిశు మరణములు ఎక్కువగా ఉండేవి. ఇది ఇలా ఉండగా తల్లి, బిడ్డా తరచుగా అనారోగ్యానికి గురి కావడం జరుగుతూ వుండేది. ఇటువంటి యిబ్బందులు వుండగా రజస్వల అవడంతోనే కాపురానికి కంపిసట్లయితే మాససికంగా తగిన పరిపక్వత లేక దాంపత్య సుఖం అనుభవించడం జరగదు. రతిలో తృప్తి తెలిసే వయసు వచ్చేసరికి పిల్లలు వుట్టడంతో బాధ్యతలు పెరగడంతోను, ఒంట్లో శక్తి లేక నీరసంగా అయిపోవడంతోను రతి ఎడల ఆసక్తి లేకుండా పోతుంది 18-20 సంవత్సరాల వయస్సు వచ్చిన తరువాత వివాహం చేసుకుంటే, అటు కాన్పులలో ఇబ్బంది కలగదు. యిటు దాంపత్య జీవితంలో నీరసమూ వుండదు.

## 22. గర్భం ఎలా వస్తుంది ?

లీల నెలతప్పిందని తెలియగానే అందరికీ ఎంతో సంతోషం కలిగింది. ఎందుకంటారేమో దాదాపు ఒక పుష్కరం తరువాత తిరిగి వాళ్ళ యింటిలో పసిపాప కేరిం తలు విసబడతాయని. బి. యస్సీ. జంతుశాస్త్రం స్పెషల్ సబ్జెక్టుగా పాస్ అయిన లీలలో తాను గర్భవతి కాగానే అనుకోకుండా పిండోత్పత్తి గురించి అనేక ఆలోచనలు రాసాగాయి జంతువులలో లాగానే తనలో కూడా ఎన్నో మార్పులు కలుగుతూ పిండం పెరుగుతూ వుంటుంది కదా ! ఇలా పిండం పెరగడానికి చాలా చిన్నదిగా వుండే గర్భాశయం నెల నెలకి అంత పెద్దదిగా ఎలా పెరుగుతుంది ? ఇలా ఎన్నో విషయాల గురించి ఆసక్తితో కూడిన ఆలోచనలు రాసాగాయి. అంతకంటే మరింత ఎక్కువ జిజ్ఞాసతో లీల భర్త సునీల్ గర్భధారణ ఎలా జరుగుతుందని ఆలోచించసాగాడు. అండంతో సంయోగం పొందడానికి ఒక్క వీర్య కణం చాలు కదా ! అన్ని వీర్యకణాలు ఎందుకు ? అండంతో వీర్యకణాల కలయిక అండవాహికల్లోనే ఎందుకు జరగాలి ? గర్భాశయంలో ఎందుకు జరగకూడదు ? ఒకసారి విడుదలయిన వీర్యకణాలు అండంతో కలియగానికే అంత సమయం



కుడుతుంది? ఇలాంటి ఆలోచనలెన్నో సుసీల్ లో మెడల సాగాయి.

లీలలోగాని, సుసీల్ లోగానీ, గర్భం, గర్భధారణ గురించి కలిగిన జిజ్ఞాస ఎంతో మెచ్చుకోదగ్గది. వీర్యస్కలనం జరిగినప్పుడల్లా కొన్ని మిలియన్ల వీర్యకణాలు యోని మార్గంలోకి ప్రవేశిస్తాయి. కాని అండంతో ఒక్కటంటే ఒక్కటే వీర్యకణం కలయిక పొందుతుంది. మరి అటునంటప్పుడు ఇన్ని వీర్యకణాల అవసరం ఏమిటనే సందేహం సమం జనమైనదే. కాని అండంతో కలయిక పొందడానికి ఇన్ని వీర్యకణముల అవసరం తప్పక ఉంది. ఎందుకంటారేమో, ఈ వీర్యకణముల హైలూరూనడైజ్ (Hyaloronidase) అనే పదార్థాన్ని తయారుచేస్తాయి. ఈ పదార్థం వీర్యకణములకి అండం దరికి చేరడానికి దారి ఏర్పరుస్తుంది. పైగా ముందు అండాన్ని చేరిన వీర్యకణములు తమలో తయారయిన ఈ పదార్థం ద్వారా అండం వీరంకణంతో తేలికగా కలయిక పొందడానికి సిద్ధంగాచేసి వుంచుతాయి. తరువాత వచ్చిన వీర్యకణముల్లో ఒకటి తేలికగా అండంతో కలయికపొంది అండాన్ని పిండంగా మార్చివేస్తుంది.

అందుకని వీర్యకణములు ఎంత తక్కువ ఉంటే, హైలూరూనడైజ్ అంత యెక్కువగా లభ్యమై గర్భధారణకు అంత యెక్కువ అవకాశాలు లభ్యమవుతాయి. ఇక్కడ మరొక ముఖ్య విషయము గమనించాలి. యోని మార్గంలో

నికీ విడుదలయిన వీర్యకణములన్నీ పయనించి అండవాహికల్లోకి ప్రవేశించలేవు. చాలావరకు యోని మార్గంలోనే ఉండిపోతాయి. యోని మార్గంలోనే ఉండిపోయిన వీర్యం వీర్యకణములు ఏమయిపోతాయని సందేహం కలగవచ్చు. ఎక్కువభాగం వీర్యం రతి పూర్తి అవగానే వుడుషాంగం బయటకు ఉపసంహరించుకునేటప్పుడుగాని, యోనిమార్గంలోని కండరాలు ముడుచుకొని పోబట్టిగాని బయటకు వచ్చేస్తుంది. కొంతభాగము యోని మార్గంలోనే వుండి వాతావరణము సరిపోక నశించిపోతాయి.

### అండంతో వీర్యకణాల కలయిక

వీర్యకణం అండం కలయిక అండవాహికల్లో జరుగుతాయి. గర్భకోశంలో ఈ కలయిక జరగదు. అండానికి విడుదలయిన తరువాత ఒక రోజువరకే వీర్యకణంలో కలయిక పొంది పిండంగా మారే శక్తి ఉంటుంది. అండం విడుదలయి, ఆ అండం అండవాహికలద్వారా పయనించి గర్భాశయానికి చేరాలంటే చాలా రోజులు పడుతుంది. అసలు గర్భాశయానికి చేరకముందే అండం తన శక్తిని కోల్పోతుంది. అందుకని అండం పిండంగా మారాలంటే అండవాహికల్లోనే వీర్యకణముతో కలయిక జరిగిన అండం పిండంగా మారి శక్తిని వుంజుకుంటుంది.

ఈ పిండము నిదానంగా గర్భాశయంవై వుండు బయలు

దేరుతుంది. అండము వీర్యకణముతో కలయిక పొందిన తరువాత గర్భాశయానికి చేరడానికి మూడునుంచి నాలుగు రోజులు పడుతుంది. గర్భాశయంలోనే ఇది పెరిగి రకరకాలుగా మార్పులు చెందుతుంది. ఈ పిండము గర్భాశయానికి చేరేటప్పటికి గర్భాశయము క్రొత్త టిస్యూలతోను, క్రొత్తరక్తంతోనూ, సిద్ధంగా ఉండి పిండము ఎదుగుదలకు అనువైన వాతావరణాన్ని కలిగించి ఉంటుంది. గర్భాశయానికి చేరిన పిండము గర్భాశయపు గోడలకి గట్టిగా అంటుకుని ఉండిపోయి, అక్కడే శిశువుగా పెరిగి చివరికి నలలు నిండిన తరువాత జననము జరుగుతుంది.

## అండం విడుదల

అండము విడుదలకి ఏదైనా నిర్ణీతమైన రోజు ప్రకారమే కాకుండా సమయం కూడా ఉంటుందా?

ప్రతి స్త్రీలోనూ సాధారణంగా బహిష్టు రావడానికి పద్నాలురోజులు ముందు అండము విడుదల అవుతుంది. అండము విడుదల అనేది కగలు-రాత్రి అనే సమయంబట్టిగాని సంయోగము జరిగే సమయముబట్టిగాని ఆధారపడి లేదు. ఏ సమయములోనైనా అండము విడుదల అవవచ్చు. ఒకసారి విడుదలైన అండానికి ఇరవైనాలుగు గంటలు మాత్రమే వీర్యకణముతో కలయిక పొందే సామర్థ్యము ఉంటుంది.

## అండం విడుదల - సంయోగం

అండము విడుదల సంయోగము సమయములోనే అవుతుందా? సంయోగము జరగకపోతే అండము విడుదల ఉండదా? అండము వీర్యకణములతో కలయిక యోని మార్గములో జరుగుతుందా? గర్భాశయములో జరుగుతుందా? అసలు అండము అంటే రక్తమా లేక కణమా ?

సంయోగము జరగడానికి అండము విడుదలకి సంబంధములేదు. అండము విడుదల సంయోగముతో సంబంధము లేకుండా ఎప్పుడైనా విడుదల అవ్వచ్చు. అండముతో పురుష బీజకణం కలయిక గర్భాశయానికి రెండుప్రక్కలా ఉండే అండవాహికపై న ట్యూబుల్లో ఏదో ఒక దానిలో జరుగుతుంది. కాని యోని మార్గంలో కాదు, గర్భాశయములోనూ కాదు పురుష బీజకణముతో కలయికపొందిన అండము గర్భాశయానికి చేరి పిండముగా ఎదగడము జరుగుతుంది. అండము రక్తము కాదు, అది స్త్రీ అండాశయము నుంచి విడుదలయ్యే బీజకణము.

## గర్భం రాకపోవడానికి కారణాలు

సరిగ్గా లెక్కకట్టి అండము విడుదలయ్యే దినాల్లో రతిలో పాల్గొన్నా, యెంతకాలానికి కొందరికి గర్భం రాక పోవడానికి కారణము ఏమిటి ?

పెళ్ళి అయి ఎంతకాలము అయినా గర్భము రాతే దంటే (స్త్రీ) పురుషులలో ఏదో ఒక లోభము వుండి వుంటుంది. అటువంటప్పుడు ముందు పురుషుని వీర్యం పరీక్ష చేయాలి. ఇటువంటి సందర్భాలలో చాలామంది పురుషులలో వీర్యకణాలు లేకపోవడము జరుగుతుంది. లేదా చాలా తక్కువ సంఖ్యలో వీర్యకణాలు ఉండటం జరుగుతుంది. ఇక స్త్రీల విషయము తీసుకుంటే సాధారణంగా అండము ప్రయాణించే ట్యూబులు మూసుకొనిపోయి ఉండడమో, గర్భాశయము చిన్నదిగా వుండడమో, మెలితిగి వెనుకకు పడి వుండడమో జరుగుతుంది. కొందరు స్త్రీలలో అసలు అండము నెలనెలా స్రవణముగా విడుదల అవుతూ వుండదు. ఇవికాక మరెన్నో కారణాలు గర్భం రాకపోవడానికి ఉన్నాయి. అందుకని గర్భం దాలచుని దంపతులు డాక్టరుచేత అన్ని పరీక్షలు చేయించుకొని దానికి తగిన విధముగా చికిత్స పొందాలి.

## పిండం పెరుగుదల

వీర్యకణముతో కలయిక పొందే సమయానికి అండము సైజు అంగుళములో ఇరవై యవవంతుమాత్రమే వుంటుంది. కాని ఒక అండము పిండముగా మారిన 14 రోజులకే దీనికి పదిరెట్లు సైజు పెరిగిపోతుంది. నెలా పది రోజులకి అండము పొడుగు దాదాపు ఒక అంగుళము వుంటుంది. పైగా ఈ

సమయానికి అండానికి కాస్త శిశుపోలికలు ప్రారంభమవుతున్నాయి. పిండానికి అక్కడక్కడ కొన్ని నల్లటి మచ్చలు కనబడతాయి. ఈ నల్లటి మచ్చలే తరువాత కళ్ళు, ముక్కు నోరుగా మారుతాయి. దాదాపు ఇదే సమయానికి వెన్నుపూసకి సంబంధించిన సూచనలు కనబడతాయి. నెలా పదిహేను రోజుల పిండానికి కాళ్ళు, చేతులు ఇతర అంగాలు ఒక మాదిరిగా ఏర్పడతాయి ఇదే సమయములో సెక్స్ థేడాలు కూడా ఏర్పడే సూచనలు వుంటాయి. ఒకవేళ శాస్త్రజ్ఞులు పిండమయొక్క సెక్సునే తారుమారు చేసే స్థితికి రాగలిగితే ఈ దశలోనే ప్రయత్నం జరిగితేరాలి లేకపోతే నెలా పదిహేను రోజులు దాటిన తరువాత పూర్తిగా సెక్సు భేదాలు ఏర్పడిపోతాయి పిండానికి రెండునెలలు నిండేసరికి శరీరంలోని అన్ని అంగాలు తయారవుతాయి. కళ్ళరెప్పలు, చిన్న ముక్కు, చేతివ్రేళ్ళు, కాలివ్రేళ్ళు గుర్తించే స్థితిలో వుంటాయి. పిండము మూడవనెల నిండే సరికి పిండము మూడు అంగుళాల పొడవు వుంటుంది.

నాలుగవ నెల నిండేసరికి గర్భములోని శిశువు కాళ్ళతో తన్నుతున్నట్లుగా తల్లి గుర్తించడం జరుగుతుంది. అయిదవనెల నిండేసరికి గర్భములోని శిశువు బరువు 6 నుంచి 8 బౌన్సులు వుంటుంది. పొడవు 7 నుంచి 8 అంగుళాలు వుంటుంది చేతిగోళ్ళు పెరగడము ప్రారంభిస్తుంది. ఇక్కడ నుంచి గర్భము శిశువు చాలా వేగముగా పెరగడం ప్రారంభి

స్తుంది. ఈ శిశువు ఏడవనెలలో 3 పాన్లు, ఎనిమిదవనెలలో 4 పాన్లు దాదాపు 16 అంగుళాల పొడవు వుంటుంది. 9వ నెలలో శిశువు 6 నుంచి 8 పాన్లు వుంటుంది. కొంతమంది పిల్లలు ఏడవనెలలో పుడతారు. ఏడవనెలలో పుట్టినా, ఆడ పిల్లలు చాలావరకు ఎలువంటి ప్రమాదం తేకుండా పెరగ గలుగుతారు. ఏడవనెలలో కాకుండా ఎనిమిదవ నెలలో కాన్పు అయిన పిల్లలు బలకటం కష్టమని భావిస్తారు, కాని అది పొరబాలు అభిప్రాయం మాత్రమే. శొమ్మిడి నెలలూ నిండకుండా ఏడవనెలలో కాన్పు అయినా, ఎనిమిదవ నెలలో కాన్పు అయినా శిశువు నిద్రదొక్కుని బలకడం యెన్నడైనా ఒక్కటే.



## 23. సక్రమ గర్భ సావ పద్ధతులు

అశ్వార్థను (గర్భసావం) చేయించుకోవటం చట్ట ప్రకారము అనుమతించబడింది. కనుక ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి లోను, ప్రైవేటు ఆసుపత్రిలలోనూ విరివిగా అశ్వార్థన్లు చేస్తున్నారు.

కుటుంబ నియం తణకొరకు చేస్తున్న గర్భసావాన్ని “యం టి. పి.” అంటున్నారు. యం. టి. పి. అంటే మెడి కల్ టెర్మినేషన్ ఆఫ్ ప్రెగ్నన్సీ.

యం. టి. పి లో సాధారణముగా చేసేది క్యూర టాజ్ పద్ధతి. గర్భము వచ్చిన మూడు నెలలలోగా క్యూర టాజ్ పద్ధతి ద్వారా గర్భసావాన్ని తేలికగా చేయవచ్చు. ఈ పద్ధతి ప్రకారం గర్భసావము చేసే స్త్రీకి నొప్పి తెలియ కుండా తగిన మత్తు ఇంజక్షను ఇవ్వడము జరుగుతుంది. ఈ ఆపరేషను చాలా సులువై నది. గర్భసావము చేయడా నికి గర్భాశయ కంఠాన్ని (సెర్విక్స్) సన్నపాటి కడ్డీలతో (డైలాటర్స్) పెడల్పు చేసి, తరువాత క్యూరెట్ అనే పనిముట్టుద్వారా గర్భాశయము లోపల పిండాన్ని గీకి వేయ డము జరుగుతుంది. ఈ రకంగా గర్భాశయాన్ని పూర్తిగా



క్లీన్ చేసి గర్భాన్ని తొలగించడము జరుగుతుంది. ఈ మొత్తం కొద్ది నిమిషాల్లో పూర్తి అవుతుంది. ఈ పద్ధతి అతి తేలిక, షేమికరం. అయితే ఇది ఎంత తేలికో, శిక్షణ లేనివాళ్ళు చేస్తే అంత ప్రమాదము జరిగే అవకాశం కూడా ఉంది.

### రెండవ పద్ధతి - సక్షను పద్ధతి

ఇందులో గర్భాశయములోనే సన్నటి గొట్టమునంటిది దూర్చి, దానికి ఒక ట్యూబు తగిలించి సక్షనుద్వారా గర్భాశయములో ఉన్న పిండము తాలూకు భాగాలని వీల్చివేసి గర్భాశయాన్ని క్లీన్ చేయడము జరుగుతుంది. ఇది క్యూర్ టాజ్ కంపెనీ తేలికై సది త్వరగా అయిపోయేది. అయితే కొందరిలో సక్షను చేసినా పూర్తిగా క్లీన్ కాక, క్యూరట్ చేయవలసి వస్తుంది.

మూడవ పద్ధతి - ఇంట్రా ఆమ్నియాటిక్ ఇంజక్షను పద్ధతి:-

కొందరికి నాలుగు అయిదు నెలలు నిండిన తరువాత అశార్దను చేయించుకోవలసి వస్తుంది. నెలలు ఎక్కువైన అటువంటి స్త్రీలలో పొత్తికడుపు పై నుంచి పొడుగాటి సూది గర్భాశయములోని ఉమ్మనీరు సంచిలోకి పోనిచ్చి అందులోని ఉమ్మనీరుని సిరంజి ద్వారా బయటకి లాగివేయడము జరుగుతుంది. ఉమ్మనీరు (ఆమ్నియాటిక్ ఫ్లూయిడ్) వచ్చి సంత తీసివేసి అందులోకి సల్లెనుగాని, 50 శాతం గ్లూకోజ్

కాని 50 సి. సి. నుండి 100 సి. సి. వరకు ఎక్కించడం జరుగుతుంది. ఇలా ఎక్కించిన కోద్ది పూటల్లో కాన్పు నొప్పలు వచ్చి పిండము బయట పడిపోతుంది. ఈ పద్ధతిని చాలా జాగ్రత్తగా చేయాలి. లేకపోతే తల్లి ప్రాణానికి ప్రమాదము కలుగుతుంది.

మూడు నెలలకంటే ఎక్కువ గర్భము ఉన్నప్పుడు కొందరికి కడుపుకోసి సిజేరియన్ లాగా పిండాన్ని తీసివేయడము జరుగుతుంది. దీనిని హిస్ట్రీటమి అంటారు.

యస్, టి. పి. ఎక్కువసార్లు చేయించుకోవడము మంచిది కాదు. మాటి మాటికీ చేయించుకుంటే దుష్ఫలితాలు కలిగే అవకాశము ఉంది.



## 24. గర్భస్రావానికి నాటు పద్ధతులు

ఎండాకాలము మిట్టమధ్యాహ్నము ఆసుపత్రి నుంచి పిలుపు వస్తే డాక్టర్ ఆనంద్ తన సర్కింగ్ హోమ్ కి కేసు చూడటానికి వెళ్ళాడు. డాక్టర్ ఆనంద్ యింకా ఆసుపత్రి లోపలికి వెళ్ళకుండానే ఒక యువతి పెట్టే పెద్ద అరుపులు, బాధకి ఓర్వలేక ఏడిచే ఏడుపు వినబడుతోంది. లోపలికి వెళ్ళి చూస్తే 16 సంత్సరాలయినా నిండని ఒక అమ్మాయి బాధతో మెలికలు తిరిగిపోతూ, చేతితో పొట్ట నొక్కిపట్టు కుని అరుస్తూ కనబడింది. ఆ అమ్మాయిని పరీక్ష చేసిచూస్తే నాలుగు నెలల కడుపు జ్వరం 106 డిగ్రీలు దాకా వుంది. జ్వరంతో ఒళ్ళు మాడిపోతోంది. కడుపు ముట్టుకుంటేనే నొప్పి. ఇక ఆమె జనసేంద్రియాల విషయం చెప్పనే అవసరంలేదు. ఆమె జనసేంద్రియాలు ఎర్రగా వాచిపోయి ముట్టుకుంటేనే ప్రాణం పోయేటంత బాధాకరంగావున్నాయి ఆమె పరిస్థితి విషమంగా ఉంది. ఈ విషయ పరిస్థితికి సెక్సు గురించి ఆమెలో వున్న ఆరాటము, అజ్ఞానము కారణము. పదవ తరగతి చదువుతున్న ఈ అరుణకుమారికి ఇప్పటిప్పడే సెక్సు గురించి ఆలోచనలు, ఉత్సుకత మొదలెట్టాయి. లేత నయస్సులో వున్న తనకు యీ యవ్వన తొలిదినాల్లో ఒక

యువకునితో పరిచయమై అతని మాటలు, చేష్టలు ముగ్ధురాలిని గావించాయి. యవ్వనపు తొలి దినాల వేడిలో సెక్సు గురించి ఆరాటం ఎక్కువగా వుండటం సత్యమే కదా. అటువంటి మానసికోద్దేశ స్థితిలో అరుణకుమారి సంయోగము అంటే ఏమిటో, ఆ మధురానుభూతి ఎలా వుంటుందో చవిచూసింది.

దాని ఫలితంగా ఆమె గర్భవతి కావడము జరిగింది. ఆమె గర్భవతి అయిందని తెలుసుకోగానే ఆ యువకుడు పలాయనం చిత్తగించాడు. చేసేదిలేక వివశురాలయిపోయి సరైన డాక్టరు దగ్గరికి వెళ్ళడానికి ముఖం చెల్లక అక్రమ పద్ధతుల్లో గర్భప్రాసవం కొరకు ప్రయత్నం చేసింది. దానితో పరిస్థితి విషమించి ప్రాణంమీదికి వచ్చి చివరకు డాక్టరు దగ్గరికి రావలసి వచ్చింది.

అక్రమ పద్ధతుల్లో గర్భవిచ్ఛేదనము జరిగే వాటిని క్రిమినల్ అబార్షన్లు అంటారు. ఈ విధంగా గర్భ విచ్ఛేదనానికి ప్రయత్నము చేయటం చట్ట విరుద్ధము, నేరమూను. ఇటువంటి గర్భ విచ్ఛేదనాలన్నీ చాలా మోటు పద్ధతిలోను అశాస్త్రీయంగా చేయడం జరుగుతుంది. ఇందువల్ల చాలా సందర్భాలలో ప్రాణం పోవడము జరుగుతుంది కూడాను. మన దేశంలో ముఖ్యంగా అక్రమ పద్ధతుల్లో గర్భప్రాసవాలు వితంతువులు, పెళ్ళికాని స్త్రీలు, అప్పడప్పుడు పెళ్ళిఅయిన పిల్లలున్న కొందరు స్త్రీలు చేయించుకోవడం చూస్తూ

వుంటాము. కడుపు పోగొట్టుకోవడానికి ఎవ్వరంతటికి వాళ్ళు మందుబిళ్ళ వేసుకోవడమో, ఫలితము కనబడకపోతే నాటు మంత్రసానులు, దాయాలు దగ్గరికి వెళ్ళటమో చేస్తూ వుంటారు. వీళ్ళు కూడా కడుపు పోగొట్టడానికి ఇచ్చే మందులు ఆరోగ్యానికి యెంతో హానికరముగా వుంటాయి. కడుపు పోగొట్టడానికి ఇతరత్రా వీళ్ళు చేసే పనులు యెంతో మోటుగాను, ప్రాణహాని కలిగించేవిగాను వుంటాయి. వితంతువులు, పెళ్ళికాని స్త్రీలు గర్భము వచ్చినప్పుడు విషశులై దిక్కుతోచక యిటువంటి వాళ్ళ చేతులలో పడి ప్రాణము మీదికి తెచ్చుకుంటారు.

కొంతమంది స్త్రీలు గర్భం వచ్చినప్పుడు ఏమయినా బిళ్ళలు వేసుకుంటే గర్భప్రాసము జరిగిపోతుందని భావిస్తారు. కాని అది తప్పు అభిప్రాయము. తల్లి ఆరోగ్యానికి ఎట్టి హాని కలిగించకుండా గర్భము పోయే మందులు లేవు. పెన్నీ రాయిల్, జూనిఫర్, టార్పన్ టాయిన్, ఎప్పియాల్, శానిన్ ఆయిల్ మొదలయిన మందులు గర్భప్రాసము జరగడానికి వాడుతూ వుంటారు. నీసముని గర్భప్రాసము అవడానికి ఎక్కువగా వాడుతూ వుంటారు. ఈ మందులవల్ల ముందు తల్లి ఆరోగ్యము దెబ్బతింటుంది. చాలా విషమ పరిణామాలు కూడా సంభవిస్తాయి. గర్భము పోవడానికి విపరీతముగా విరోచనాలు అయ్యే మందు వేసుకుంటారు. దీనివల్ల గర్భము పోవడము ఎలావున్నా ముందు తల్లి పరిస్థితి గలంత

అవుతుంది. ఎర్లాట్, క్విన్జెన్, ప్రత్తిచేట్టు వేరు రసం, పిట్యూటరీ ఇంజక్షన్ కూడా గర్భస్రావము జరగడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఇవేవీ కూడా పని చేయవు. ఎర్లాట్ గాని, పిట్యూటరీగాని కాన్సునొక్టులు వస్తున్నప్పుడు యింకా ఆ నొప్పిలను యెక్కువ చేయడానికి మాత్రమే ఉపయోగిస్తాయి. కాని ఆరోగ్యకరముగా వున్న స్త్రీ గర్భముపై నయెట్టి ప్రభావాన్ని కలిగించజేవు. ఇలా కొంతమంది గర్భస్రావము జరగడానికి పచ్చి బొప్పాయి విత్తనాలు, పచ్చి ఆసపకాయ, జిల్లేడుపాలు, కాకర రసము, ఇంగువ రసము, లవంగ రసము మొదలైనవి ఉపయోగిస్తారు.

### పెన్సిక్కు, జడపిన్నులు !

కడుపు పోగొట్టుకోవడానికి నాలు మంత్రసానులు, ఆయాలులాంటి వారి దగ్గరికి వెళ్ళినప్పుడు అయిదారు అంగుళాల పొడవుగల కర్రవుల్లని గర్భకంఠము ద్వారా గర్భకోశములోకి దూరపడము సాధారణముగా చేసేవని. ఈ వుల్లకి ఒక చివర దూదిచుట్టి అ దూదిని నల్లజీడిలోగాని, జిల్లేడు పాలలోగాని ముంచి గర్భకోశములోకి నెట్టుతారు. మర్రి పాలు, గన్నేరుపాలు కూడా ఇందుకు ఉపయోగిస్తారు. కొన్ని సందర్భాలలో ఆర్సనియన్ ఆక్సయిడ్, ఆర్సనిక్ సల్ఫయిడ్, రెడ్ లెడ్ ఈ దూదికి అంటించి గర్భకోశంలోకి పంపిస్తారు. ఇలా చేస్తే గర్భకోశములో నుంట వుట్టి

దానివల్ల గర్భస్థావము జరుగుతుంది. అయితే ఈ పద్మతలు చాలా ప్రమాదకరమైనవి. గర్భస్థావము అవడము ఎలా వున్నా ప్రాణము పోయేంత కని అవుతుంది. కొంతమంది గర్భాశయంలో వున్న పిండాన్ని పాడుచేయడానికని గర్భాశయము లోపలికి తమకి అందుబాటులో వుండే పెన్సిళ్ళు, బలపాలు, కుట్టుకునే సూదులు, దబ్బలాలు, జడపిన్నులు మొదలై నవి దూడవుతారు. ఒక్కొక్కసారి ఇవి బయటకు రాకుండా లోపలే యిరుక్కుపోయి వుండిపోతాయి. కొందరు జిల్లేడు పుల్లలు, మర్రీచెట్టు పుల్లలు గర్భాశయ కంఠములో దూర్చి వుంచేస్తారు. మరికొందరు గర్భాశయ కంఠము దగ్గర జీడిసాన, జిల్లేడుపాలు, మర్రీపాలు బాగా గుడ్డి వదిలిపెడ్తారు. ఇలా చేయడమువల్ల యోని మార్గము, గర్భాశయ కంఠము, గర్భాశయము మండిపోయి వాచిపోతాయి. పుల్లలు, సువ్వలు లోపలికల్లా మారపబట్టి గర్భాశయకంఠము చీరుకుపోవడము, గర్భాశయానికి కన్నము పడటము అందులో నుంచి జీర్ణకోశం పేగులు యోని ద్వారమునుండి బయటకు రావడము కూడా జరుగుతుంది.

కొంతమంది నాటు మంత్రసానులు రబ్బరు ట్యూబు ఒకటి తీసుకొని, సిరంజిద్వారా గర్భాశయంలోకి నబ్బునీళ్ళు, పొటాషియం పెర్మాంగనేటు నీళ్ళు, లై సాల్ లాంటివి ఎక్కిస్తారు. ఇలా చేయడంవల్ల చాలా విపరీత పరిణామాలు

కలుగుతాయి. నాలుగు-ఐదు నెలలు వచ్చిన స్త్రీలల్లో అయితే గర్భస్రావము జరగడానికి ఒక ఇనుపకడ్డి సన్నటిది తీసుకుని గర్భాశయములో వుండే ఉమ్మనీరు సంచికి కన్నం పడేటట్లు పొడుస్తారు. ఇంకా కొంతమంది స్త్రీల విషయంలో గర్భస్రావము జరగడానికి ఒక గుండని డబ్బా మూతని ఎర్రగా కాలిచ్చి పొత్తికడుపుమీద వాత గుండముగా తేలేటట్లు పెడతారు. వీటన్నింటివల్ల యెన్నో సమస్యలు, బాధలు వున్నాయి. కాని కడుపువచ్చి వివశురాశ్యమైన స్త్రీలు ఇవన్నీ గమనించక, వివేకాన్ని కోల్పోయి ఈ అక్రమ పద్ధతులు అవలంబించి ప్రాణం మీదికి తెచ్చుకుంటారు.

గర్భవిచ్ఛేదనము కావలసి వచ్చినప్పుడు సరైన పద్ధతిలో చేయించుకోకుండా, అక్రమ పద్ధతులు అవలంబించినట్లయితే చాలా సమస్యలు సంభవిస్తాయి. ఇవ్వూ వచ్చినట్లు మంటపుట్టే పదార్థాలు గర్భకోశములోకి నెట్టినట్లయితే ఆ నొప్పికి, మంటకి తట్టుకోలేక షాక్ వచ్చి ప్రాణాపాయం కలుగుతుంది. పుల్లలు కడ్డిలు దూరిపితే గర్భాశయానికి కన్నం పడటము పెరిడోనైటిస్లాంటి ప్రమాదకర పరిణామాలు సంభవిస్తాయి. ఇటువంటి గర్భస్రావాలు చేసినప్పుడు బాక్టీరియా క్రిములు తేలికగా గర్భాశయములోకి చేరడం, త్వరితగతినీ ప్యాథిక్రిములు న్యాపించి ఆ స్త్రీ జబ్బుపడటము జరుగుతుంది. దీనివల్ల అమితమైన జ్వరము, షాక్ కలుగుతాయి. అక్రమ పద్ధతుల్లో గర్భస్రావము చేయించుకున్న



వాళ్ళకి ధనుర్వాతం రావడము పరిపాటి. గర్భవిచ్ఛేదనానికి అవలంబించిన పద్ధతులవల్ల గర్భస్రావము జరిగినా, పూర్తిగా పిండము బయటపడకుండా వుండి, రక్తస్రావము అధికంగా అవుతుంది. అధిక రక్తస్రావంవల్ల షాక్ వచ్చి ప్రాణాపాయము కలుగుతుంది.

గర్భస్రావము అనడానికి వాడిన మందులవల్ల వెంటనే ప్రమాదకర లక్షణాలు కనబడకపోయినా నెమ్మది నెమ్మదిగా ఆరోగ్యం దెబ్బ తింటుంది. దీనికి గుర్తుగా ఆకలి, అరుగుదల సరిగ్గా వుండకపోవడము, సరాల బలహీనత, గుండె బలహీనత మొదలై సవి కలుగుతాయి. దీనివల్ల అనారోగ్యంగా వుండి, చివరికి ఆరోగ్యము క్షీణించి పోతుంది. మందులే కాదు, అక్రమ పద్ధతులద్వారా గర్భస్రావము ప్రయత్నించినప్పుడు కూడా తాత్కాలికముగా ఒక్కొక్కసారి ఏమీ స్వస్థం కనపడకపోయినా తరువాత నిదానముగా దానికి సంబంధించిన చెడు ఫలితాలు కనపడతాయి.

## గర్భవిచ్ఛిత్తి - ఇంగువ

పచ్చిబొప్పాయిగాని, ఇంగువగాని ప్రతి కేసులో గర్భస్రావముకలిగించవు. అయితే అరుదుగా కొందరిలో వీటి వల్ల గర్భము పోవడము జరుగుతుంది. చాలా కేసుల్లో గర్భము పోవడానికి ఇంగువ లాంటివి వేసుకోవడము వల్ల గర్భము పోకపోవడము అటుంచి కడుపులో మంట, నొప్పి

వాంతులతో బాధపడిపోవడము జరుగుతుంది. అందుకని బాధాకరమైన ఇటువంటి పద్ధతులను అవలంబించడము ప్రమాదకరము. అంతకుండు తేలికగా డి అండ్ సి వంటి చిన్న ఆపరేషను ద్వారా అశార్దను చేయించుకోవచ్చు. ఇంతవరకు మనకు అందుబాటులో గర్భము పోవడానికి సరైన మందులు లేవు. ప్రోప్టాగ్నెస్స్ అనే మందు వైద్య పరిశోధనల్లో వుంది. ఇది సరియైన ఫలితాలు ఇస్తుందని వైద్యప్రయోగాల్లో నిర్ధారణ అయిన తరువాత అందరికీ అందుబాటులోకి రాగలదు. ఈనాడు చాలామంది ఏవో బిళ్ళలు వేసుకుంటే గర్భము పోతుందని భావించే కేసుల్లో పరిశీలించి చూస్తే వారికి అసలు గర్భము రావడము అనేది జరిగి వుండదు. చాలామందికి గర్భము రావడము జరగకుండానే బహిష్టులు రాకుండా ఆగిపోతాయి. బహిష్టు రానంత మాత్రాన గర్భము వచ్చినట్లు కాదు. ఇట్లాంటి కేసుల్లో డూయోగై నాన్ వంటి బిళ్ళలు రోజుకి ఒకటి చొప్పున రెండురోజులు వేసుకుంటే వారం పది రోజుల్లో మామూలు బహిష్టు ప్రసావము కనబడుతుంది. నిజంగా గర్భము వస్తే ఈ బిళ్ళలవల్ల గర్భము పోవడము జరగనే జరగదు. కాని ఈ విషయము తెలియక ఏ ఇతర కారణాలవల్ల బహిష్టు ఆగి పోయినా ఈ బిళ్ళలు వేసుకోవడముతో గర్భము పోయిందని భావిస్తూ వుంటారు.

★ ★ ★

## 25. గర్భస్రావ చట్టము

భారత ప్రభుత్వము గర్భస్రావ చట్టాన్ని 1-4-1972 నుంచి అమలులోకి తీసుకు వచ్చింది. అయితే ఈ చట్టంలోని విషయాలు తెలియక యెందరో గర్భస్రావము చేయించు కోవడము చట్టప్రకారము నేరం కాదని భావిస్తారు. కాని వాస్తవానికి పూర్వం చట్టంలో కంటే ఇప్పటి కొత్త చట్టంలో అబార్షన్ చేయించుకోవడానికి కొన్ని అవకాశాలే విస్తృత పరచటము జరిగింది. పూర్వపు చట్టములో ఒకే ఒక ప్రాతిపదికమీద అబార్షన్ చేయడానికి అవకాశముంటే ఇప్పటి కొత్త చట్టం (M. T. P. Act.) ప్రకారం మూడు ప్రాతిపదికలలో ఏదో ఒకదానిమీద అబార్షన్ చేయడానికి అవకాశాన్ని విస్తృతపరచటం జరిగింది. ఎవరై నానరే కడుపు వద్దనుకుని అబార్షన్ చేయించుకోవాలంటే చట్ట ప్రకారం ఎట్టి అభ్యంతరము లేని విధంగా చట్టము రూపొందించడం జరగలేదు. ఎందుకంటే వుట్టిన ప్రతి వ్యక్తికీ జీవించటానికి చట్టప్రకారము ఎలా అర్హత, రక్షణ ఉందో, అలాగే ఒకసారి గర్భంలో పిండము జీవిగా మారుతున్నప్పుడు దానికి చట్టప్రకారము పెరగడానికి, వుట్టడానికి అధికారం వుంది. అయినప్పటికీ కొన్ని సందర్భాలలో తల్లి

శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యరక్షణ నిమిత్తమే గర్భస్రావానికి చట్టపశాఠము అనుమతి ఇవ్వడము జరిగింది.

## చట్టం ఆమోదించిన కారణాలు

మన దేశములో చట్టపశాఠముగా ప్రత్యేకమైన మూడు పరిస్థితుల్లోనే గర్భస్రావము చేయించుకోవచ్చు. అందులో మొదటిది తల్లి ఆరోగ్య రక్షణ దృష్ట్యా గర్భస్రావం చేయడము. గుండెబబ్బు వుండటంవల్ల గానీ, గుర్రపు వాతం రావడంవల్ల గానీ, ఇతర తా వ వ్యాధివల్ల గానీ తల్లికి ఆ గర్భము వుండటంవల్ల ప్రాణహాని జరిగేటట్లయితే ఆమెకు తప్పక గర్భస్రావము చేయవచ్చు. పూర్వం చట్టంలోకూడా ఈ సదుపాయం కలిగించడం జరిగింది.

పిండ నిర్మాణంలో లోపం:- కొన్ని ప్రత్యేక పరిస్థితులలో వుట్టబోయే బిడ్డ శారీరకంగా అవిటివాడుగానూ, మానసికంగా సక్రమంగా లేకుండా ఉండేట్లయితే, అటువంటిబిడ్డ బాధపడటంకన్నా వుట్టకుండా ఉండటము మంచిది. గర్భస్రావము చేయడం ద్వారా అటువంటి బిడ్డ కలగకుండా చేయడానికి చట్టం అంగీకరిస్తున్నది. ఉదాహరణకి ఒక (స్త్రీ) గర్భవతిగా వున్నప్పుడు డీప్ ఎక్స్ పోరే ట్రీట్ మెంట్ పొంది నట్లయితే గర్భంలో వున్న బిడ్డ అవిటితనముతోనూ, వికృతంగా జన్మించడానికి ఆస్కారం వుంది. అదే విధంగా ఒక (స్త్రీ) L. S. D. ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తూ వుంటే సక్రమ

మైన బిడ్డ వుట్టకపోవచ్చు. అందుకని యిటువంటిదానికి ఆస్కారం లేకుండా వుండడానికి చట్టములో గర్భస్రావానికి అంగీకరించడం జరిగింది. అయితే గర్భస్రావం చేయబోయే ముందు డాక్టర్ ఇందుకు తగిన ఆధారాల్ని చూపించాలి.

మానసిక ఆందోళన :- ఒకవేళ ప్రస్తుతం వున్న కడుపు ఆస్త్రికి అమితమైన మానసిక ఆందోళన కలిగించినా, దానివల్ల మానసికంగా, శారీరకంగా కృంగిపోవడం వల్ల వచ్చే కారణభూతమయ్యేటట్లయితే డాక్టరు తగిన నిర్ణయం తీసుకొని గర్భస్రావము చేయవచ్చు. ఈ మానసిక ఆందోళన ఒకసారి వుండవచ్చు - మరొకసారి లేకపోవచ్చు. కడుపు వున్నప్పుడు వుండవచ్చు, కడుపు తీసేసిన తరువాత లేకపోవచ్చు. కావాలనుకున్నప్పుడు వెంటనే నిర్దారణ చేసుకోవడానికి వీలులేనిది. అందుకని పెళ్ళి అయిన వాళ్ళు కానీ పెళ్ళి కానివాళ్ళు కానీ గట్టిగా గర్భం వద్దనుకున్నప్పుడు డాక్టరు ఈ మానసిక ఆందోళన అనే కారణము మీద గర్భస్రావము చేయడానికి అవకాశము లభించింది. అంతేగాని గర్భం వద్దనుకున్న ప్రతీ స్త్రీ అబార్షను చేయించుకోవడానికి అవకాశము కల్పించలేదు. అయితే ఈ మధ్య ఈ చట్టంలో చేసిన కొన్ని సవరణలలో కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతుల్లో గర్భస్రావాన్ని కూడా ఒక పద్ధతిగా ఆమోదించడము జరిగింది. ఇక అవివాహిత స్త్రీలు, వితంతువులు గర్భం దాల్చుడను జరిగితే వారు గర్భము వద్దనుకుంటే “మానసిక

అందోభన" అనే క్లాజు ప్రకారముగానే గర్భస్రావము చేయించుకోవాలి.

## గర్భస్రావం - గర్భనిరోధక మాత్ర:

ఎవరైనా వివాహిత స్త్రీ తాను గర్భనిరోధకమాత్ర వేసుకుంటున్నా గర్భము వచ్చిందని, ప్రభుత్వంవారు కుటుంబ నియంత్రణ కావాలంటున్నారు. కనుక తనకి గర్భస్రావము చేయమని అడిగితే చట్టప్రకారముగా ఆ స్త్రీకి గర్భస్రావము చేయడానికి అవకాశము కల్పించలేదు. ఎందుకంటే చట్టములో కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతుల్లో ఒక్కటిగా గర్భస్రావాన్ని పొందుపరచలేదు. కాని ఆ స్త్రీ గర్భ నిరోధక మాత్రలు వాడినా గర్భము వచ్చింది ఎలాగా అని మానసికంగా కృశించిపోయేటట్లయితే ఆ మానసిక కారణము మీద ఆమెకు గర్భస్రావము చేయవచ్చు. అలాగే ఒక అవివాహిత స్త్రీ తాను గర్భనిరోధక మాత్రలు వాడుతూవున్నా గర్భము వచ్చిందని వాపోతే మాత్రము డాక్టరు గర్భస్రావం చేయవచ్చు. ఇక్కడ గర్భ నిరోధక మాత్రల గురించికంటే ఆమె మానసిక వేదన ముఖ్యం గనుక, ఆమె అసలు కారణం చెప్పినా, ఆమె వేదనని తీసివేయడానికి, గర్భస్రావం చేయడానికి చట్టము అంగీకరించింది.

కొన్ని ఇతర దేశాల్లో కుటుంబ గౌరవము నిలబెట్టడానికి, పిల్లలు ముగ్గురు - నలుగురికంటే ఎక్కువ పున్నారం

తేనూ, వారికి వయస్సు 18 సంవత్సరాలకంటే తక్కువ  
వుంటేనూ, ఒక స్త్రీకి 45 ఏళ్లు దాటి ఇక పిల్లలు అనవసరమను  
కుంటేనూ గర్భస్రావము చేయడానికి చట్టంలో అనమతి  
పొందుపరచి వున్నది. కాని ఇలాంటి కారణాలు మన  
దేశంలో ఒప్పుకొనక “మానసిక వేదన” అన్నదాంట్లో  
డాక్టరు నిర్ణయానికి వదలడమేకది.

**గర్భస్రావం ఎన్ని నెలల వరకు చేయవచ్చు !**

చట్టం ప్రకారము గర్భస్రావం చేయడానికి ఇంగ్లీషు  
వైద్యం చేసే డాక్టర్లు మాత్రమే అర్హులు. హోమియోపతి,  
ఆయుర్వేద, యనాని మొదలైన వైద్యులు అర్హులు కాదు.  
అదే విధంగా ఆర్. యం. పి.; పి. యం. పి. లకి గర్భస్రావం  
చేయడానికి అర్హత లేదు. అల్లోపతి డాక్టర్లు గర్భస్రావం  
చేయడానికి రాష్ట్ర వైద్యమండలి నుండి ప్రత్యేకంగా అను  
మతి పొంది తమ పేరు రిజిష్టరు చేయించుకోవాలి.

మూడు నెలలలోపు కడుపు వున్న వాళ్ళకి గర్భస్రా  
వము చేయడానికి డాక్టరు తనంతట తాను నిర్ణయం తీసికొని  
గర్భస్రావం చేయవచ్చు. కాని మూడు నెలలకి పైబడి  
అయిదునెలలలోపు కడుపు వున్నప్పుడు గర్భస్రావము చేయ

డానికి చట్టము ప్రకారము ఇద్దరు డాక్టర్లు కలిసి నిర్ణయము తీసుకోవాలి. అయిదు నెలలు దాటిన గర్భిణి స్త్రీకి గర్భస్రావం చేయబడదు. కాని కొన్ని అసాధారణ పరిస్థితుల్లో అయిదు నెలల తరువాత కూడా గర్భస్రావం చేయడానికి చట్టము అంగీకరించింది.

గర్భస్రావము చేయడానికి ముందు డాక్టర్లు ఆ స్త్రీ అంగీకారము తీసుకోవాలి. ఆమెకు గర్భస్రావము చేయడానికి భర్త అంగీకారము అవసరంలేదు. స్త్రీ ఒప్పుకుని, ఆమె భర్త ఒప్పుకొనకపోయినా గర్భస్రావము చేయవచ్చు. ఒక వేళ ఆ స్త్రీ మైనరు అయినా, పిచ్చిది అయినా భర్త, గార్డియన్ అనుమతి కావాలి.

అనుమతి పొందిన ఏ ప్రైవేట్ నర్సింగు హోమ్ లో అయినా, గవర్నమెంటు హాస్పిటల్ లో అయినా గర్భస్రావాన్ని చేయించుకోవచ్చు. గర్భస్రావము చేయడానికి కావలసిన శిక్షణ ఇవ్వడానికి చట్టంలో అవకాశం నిర్దేశింపబడి ఉంది. అందుకని శిక్షణ నిపుణత వున్న డాక్టర్ ద్వారానే గర్భస్రావము చేయబడుతుంది. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ గర్భస్రావము చేయించుకున్న స్త్రీ పేరు బయట పెట్టబడదు. హాస్పిటల్ లో ఒకే ఒక రిజిష్టరులో వారి పేరు వ్రాయబడి వుంటుంది. ఇక తక్కిన వాటన్నింటి మీద కోడ్ నంబరు మాత్రమే వాడబడుతుంది. చివరికి కేస్ షీట్ మీద కూడా పేరు వ్రాయబడదు.



## గర్భస్రావం - మరీకొన్ని వివరాలు

ఒక స్త్రీకి చట్టము ప్రకారం ఎన్నిసార్లు గర్భస్రావము చేయడానికి అవకాశము వుందని సందేహము కలగవచ్చు. చట్టంలో ఇన్నిసార్లు మాత్రమే గర్భస్రావం చేయాలని హద్దు పెట్టలేదు. ఆమెకు వచ్చిన మానసిక, శారీరక పరిస్థితినిబట్టి ఎన్నిసార్లు అయినా గర్భస్రావం చేయవచ్చు.

గర్భస్రావం చేసిన తరువాత కుటుంబ నియంత్రణ ఆపరేషను చేయించుకోమని స్త్రీని ఒత్తిడి చేయటానికి చట్టం ప్రకారం అవకాశం లేదు.

కొన్ని సందర్భాలలో చట్టం ప్రకారం స్త్రీకి గర్భస్రావము చేయించుకోవడానికి అర్హత ఉన్నా గర్భస్రావం చేయడానికి తగిన ఆరోగ్య పరిస్థితి లేకపోతే డాక్టరు గర్భస్రావం చేయడానికి నిరాకరించవచ్చు. కాని దానికి తగిన కారణాలు డాక్టరు చూపించాలి. కాని ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ మత సంబంధంగా ఏ డాక్టరు గర్భస్రావం చేయడానికి నిరాకరించరాదు. అలా చేసిన పక్షంలో స్టేట్ మెడికల్ రిజిస్టరు నుంచి ఆ డాక్టరు పేరు తీసివేయడం, గుర్తింపు రద్దు చేయడము జరుగుతుంది.

చట్టం ప్రకారముగా ఒక నిర్దిష్టమైన గర్భస్రావ పద్ధతిని చేయాలని అనలేదు. డాక్టరు ఏది సక్రమమైన గర్భ

నాన పద్ధతి అని భావిస్తాడో ఆ పద్ధతి ప్రకారము గర్భ  
నానము చేయవచ్చు. పెళ్ళి కాకుండా, కడుపు వచ్చిన  
వాళ్ళు, వీతంతువులు కూడా గర్భనానము చేయించుకోవ  
డానికి చట్ట ప్రకారం అడ్డులు. అలాగే విదేశ స్త్రీలు తాత్కా  
లికముగా మన దేశం వచ్చి ఇక్కడ గర్భనానము చేయిం  
చుకోవడానికి అభ్యంతరం అడ్డంకు లేదు.

చట్టంలోని భావాన్ని సరిగ్గా అర్థం చేసుకుని వాళ్ళరు  
గర్భనానాన్ని చేయాలి. అలా కాకుండా చట్టంలోని విష  
యానికి స్వతఃకంగా గర్భనానం చేసేటట్లయితే ఆ వాళ్ళరుకి  
జైలుశిక్ష, జైన్య రూపాయల జరిమానా విధించబడుతుం  
దు. చట్టంలో రాబోయింది.

